明治三十七年一月二十五日發行

（明治二十年十一月本會創立）

婦人衛生雜誌

第百七拾號

第三種郵便物認可明治廿六年四月四日
毎月一回二十五日發行
内務省許可明治二十一年二月二十八日

私立大日本婦人衛生會

婦人衛生雜誌

第百七拾號 目次

本會講話

一普通看護法 醫學博士 三宅秀

抄録

一邦人の體格(前ノ續) 寺田勇吉

高崎支會講話

一冬の寢室 横井軍醫講話

寄書

一肺病增加の原因 醫學士 竹中成憲

反古かご

一婦人の職業疾患 愚哉生

衛生雜話 醫學士 石原喜久太郎

●小學生徒を持てる母親の爲めに 兒童衛生調呼吸器强壯法
●小兒の病氣と診察

婦人と子供

●乳母の選定 醫學士 唐澤光德

質疑欄

●脚氣症に芝居●蠅のこと●凍傷と温水と冷水●ピヤノと神經●芳硼水とペルツ水●新潟特別會員へ●一女子の方へ●お正月の重詰●手大きく黑ろきと凍傷のこと●そばかすの事●靜岡避寒中の人へ●群馬縣の某會員へ

食物調理法 フレンド料理會員

●新年の菓子●クリームト胡桃●ペツパーミント(薄荷菓子)ワンエツグケーキ●スポンジケーキ
●日本料理
●山かけさしみ 會員 田村き代子
同小角魚

大日本婦人衛生會記事

●本會新年會景況●高崎新潟山形等例會景況及入會轉居交換雜誌等

●二月例會廣告

來二月六日（第一土曜日）午後正一時半より（晴雨共）神田區一ツ橋通女子職業學校內に於て例會相開き左の講話有之候間萬障御繰合せ御知友御誘引御來會有之度候也●時間正確●衣服御質素のこと

追而本會講話は有益のため女子職業學校より全校生徒の科外講義として傍聽希望の旨申込有之候に付今回は全校に於て開會の事と致し候也

一家庭看護法　醫學博士　三宅秀君

一演題未定　醫學博士　桐淵鏡次君

明治三十七年一月

私立大日本婦人衛生會

謹みて新年を賀し
併せて會員各位
の健康を祈る

明治三十七年一月元旦

私立大日本婦人衛生會事務所

●各地の會員方より早々賀狀を辱し奉謝候餘白なければ去る五日迄の分を茲に登載して謝意を表す

恭奉賀新年　肥後　吉富志茂子

恭賀新禧　松江圖書館長　木幡久右衛門君

新年の御壽き目出度申納候　信州　西澤みきの子

新年の壽申上候
尚貴會の盛んならむことを祝し申候　横濱　萩原濱子

謹而新年を奉賀候　麹町　今村滿子

謹賀新年併祈大日本婦人衛生會之隆盛　新潟　本山捨五郎君

三十七の新年御目出度御祝申上候　伊勢　眞柄みね子

新年の御慶御目出度祝ひ納め候可祝　無名氏

賀正併貴會の隆盛を祈る　淺草　栗田ふく子

恭しく新年の御慶申上候かしこ　麻布　鈴木つる子

新玉の年のはじめの御壽いく千代かけてめて度祝ひ納めまゐらせ候目出度かしこ　鳥取　林まき子

新年の御祝詞目出度申納候　安藝　島内幾千代子

新年の御慶目出度祝ひ納候　新潟　山下庚子

謹みて年の始めをことほぎまつる　東京　青木とよ子

謹みて新年をことほぎたてまつる
尚貴會の盛大を祈る　泉州濱寺公園　岡田美壽子

新玉の御壽き目出度申納候日に增し御會の御榮えにていよのふ御目出度存じ上候　本郷　武笠美以子

恭賀新年　本郷　中島たか子

恭賀新正　岩代　森はつ子

謹みて新らしき年の始めを壽ぎまつる門松のまつ
變りなふこの會の盛大ならん事を希候可祝　長野　桑名まき子

新年の御吉慶目出度申納候　呉市　天野知惠子

恭賀新年
ゆるぎなき巖の上の若松は
幾代榮えん苔のむすまで　佐賀　立野階子

恭しく明治甲辰の新年を賀し奉る　陸奥　小田島豊子

新玉の年の始めの御壽幾千代かけてめで度いはひ
納め參らせ候
倘御會の御隆盛を奉祈候　松山市松山病院内　和田きわ子

仝　山田五百子

仝　松野つね子

仝　金子こま子

仝　金子こと子

新年の御慶目出度奉賀候　東京　山田福治子

つゝしみて新年のよこと
きこえあけまつる　大磯　西升子

謹て新年の御祝詞申上候　攝津　椿隆子

恭賀新年　東京　三輪田眞佐子

恭賀新年　越中　久德喜代子

加新年
併せて平素の疏遠を謝す　筑前　安部けい子

謹みて新年の御祝詞申上げ併せて
有益なる貴會の盛大を祈り奉り候　靜岡　小林りう子

新年の御祝儀目出度申納候　宮城縣　小野寺ふかの子

新年の御壽目出度申納　羽前　猪股はる子

謹みて新年を賀し奉る
併せて御會之清榮を祈る　京都　勝岡壽み子

謹賀新年
祝貴社隆運　越後　高野農夫君

私立 大日本婦人衛生會

設立趣意書

凡そ人として此世にありては徒に生けるのみをもて足れりとするにはあらずかならずや智識を磨き人たるの本分を盡くし幸福快樂のうちに一身を送らんを皆ともに希はざるはあらざれども其身健康にあらざれば此生活を得んをいと易からずこれ衛生の道の一日も忽にすべからざる所以なりとす

抑も〳〵衛生の法は一にして足らずとはいへども衣食住の改善育兒及看病法等の如きはいとも緊要の事にして皆吾婦人のもつはら學ぶべき所其責任重しと云ふべし今や婦人の社會相寄て起り婦人社會も漸く其の面目を改めんとするは眞に喜ばしきことなりされども夫の衛生の事に至りては更に注意を致さざるもの丶如くまことに口惜しきことなり因りて頃日同志婦人集ひ謀り一會を設け名けて私立大日本婦人衛生會といひ毎月一回集會を開き學識經驗ある人々を招請して衛生上諸般の講話演説談話を聽き互に相研究し併之を筆記して冊子に編輯し會員に分ち聊か同胞の爲めに益すあらんとす茲に本會旨趣の梗概を叙べて廣く江湖の諸姉妹に告げ其贊成を仰ふくことしかり

明治二十年十一月

首唱者總代

私立 大日本婦人衛生會規則

（明治廿二年十二月改正）

●第一章 目的 第一條 本會の目的は汎く婦女子をして人生の健康を保持する方法を講究し衛生上の智識を開發せしめ以て社會全般の幸福を増進するにあり ●第二章 名稱位置 第二條 本會は私立大日本婦人衛生會と稱し之を東京に置き地方に便宜支會を設く ●第三章 會員 第三條 本會員たらんと欲する婦人は何人にても入會することを得 第四條 入會の節は姓名族籍住所及會員の種別を明記し本會事務所に申込まるへし入會者には會員證を交付す [illegible] 入會後 [illegible] ときは速に事務所に報知せらるへし 第[illegible]條 會員を分ちて終身、[illegible]の三種とす 終身會員は一時に金廿五圓以上を出[illegible]會員は一ヶ月金三拾銭以上、通常會員は一ヶ月金拾[illegible]錢を納むる者とす 第六條 [illegible]にして本會の旨趣を贊成する者は之を[illegible] ●第四章 役員 [illegible] 皇族の妃殿下に推戴するものとす 第十條 本會に左の役員を置く 會長一名、副會長一名、幹事十名、評議員二十五名、書記若干名 第十一條 會長副會長幹事評議員は隔年三月の總會に於て會員の投票を以て之を選擧し書記は幹事の推薦に依り會長之を命ず 但書記は[illegible]會員外の婦人若くは男子に[illegible]することあるへし 第十二條 會長は本會を總理し [illegible]

本會雜誌を以て報告すべし第卅二條 會費金は受領證を交付すべしと雖も地方會員にして小爲替又は郵券にて納むるものは受領證送費として別に返信料を添へらるべし(郵券近一割增)第卅三條 會費は東京府下に限り毎月領收人差出すべし地方會員は總て前金とし小爲替にて本會事務所在の郵便局(牛込局宛)振出しあるべし第卅四條 會員中若し本會の障害となるべき所爲ある者又は屢々會費を督促するも納付せざる者あるときは會長評議會の決議を經て除名し若くは廣告することあるべし第卅五條 本規則は會長の意見又は會員二十名以上の賛成に依り總會の決議を經るに非ざれば之を更正することを得ず

事務所　東京市牛込區矢來町三番地

私立大日本婦人衞生會

●役員姓名

總裁　東伏見宮依仁親王妃　周子殿下

會長　侯爵夫人　鍋島榮子

副會長　濱尾作子

（いろは順）

幹事　鳩山春子
仝　羽川三紹子
仝　岡田德子
仝　森木かう子
仝　山木多稔子
仝　松平芳子
仝　三浦教子

評議員　伊集院しけ子
仝　石川貞子
仝　濱田捨子
仝　仁禮祭賀子
仝　西升子
仝　穗積歌子
仝　緒方悅子
仝　岡山とし子
仝　男爵夫人　加藤鈴子
仝　片山龜子
仝　子爵夫人　田中いよ子
仝　丹波貞子
仝　高橋孝子
仝　田村きよ子
仝　和島陸子
仝　男爵夫人　南部限子
仝　中濱芳子
仝　伯爵夫人　松平光子
仝　子爵夫人　松平正子
仝　子爵夫人　松平久子
仝　木場小ゆり子
仝　片澄子
仝　三宅藤子
仝　宮本榮子
仝　宮下吹子

●支會　千葉、新潟、山形、宇都宮、茨城、高崎

本會特別賛成員

（●は本會に於て講演せられし諸氏）

醫學博士　●入澤達吉君
理學博士　●飯島魁君
ドクトル　●伊澤信平君
●色川圀士君
醫學士　●伊東祐彦君
ドクトル　●飯盛挺造君
醫學博士　●伊藤隼三君
理學博士　●石川千代松君
赤十字內科醫　●岩井禎造君
醫學士　●石原久君
貴族院議員　●濱尾新君
醫學博士　●濱田玄達君
法學博士　●鳩山和夫君
東京　萩原鋼四郎君
醫學博士　●芳賀榮二郎君
衞生局長　●長谷川泰君
新潟　●長谷川一郎君
小兒科　小原頼之君
醫學士　●林春雄君
醫學士　●佐藤達次郎君
醫學博士　●緒方正規君
步兵少佐　●堀内文次郎君
醫學博士　●土肥慶藏君
醫學博士　●岡田和一郎君
醫學博士　●大澤謙二君
醫學士　大西秀治君
醫學博士　●大澤岳太郎君
一等藥劑官　●恩田重信君
醫學士　若杉喜三郎君
男爵　●加藤弘之君
ドクトル　●加藤照麿君
醫學士　●賀古鶴所君
醫學博士　●河本重次郎君
醫學博士　●片山國嘉君
醫學士　川上雅靖君
ドクトル　●金杉英五郎君
醫學士　●笠原光興君
醫學博士　●高橋順太郎君
ドクトル　●高山紀齋君
醫學博士　高木兼寛君
法學博士　高木豐三君
醫學士　●田代義徳君
新潟　田代凉助君
男爵　高崎正風君
醫學士　竹中成憲君
醫學士　高山耕安君
新潟病院長　●高橋辰五郎君
藥學博士　●丹波敬三君
醫學博士　高橋良頤君
藥學博士　●田原良純君
醫學士　●田村光顯君
醫學士　●久保猪之吉君
醫學士　米山彦郎君
三等軍醫正　星野森光君
醫學士　●宮本叔君
一等軍醫　横井忠國君
大日本敎育會長　辻新次君
理學博士　●坪井正五郎君
醫學博士　●長與稱吉君
男爵　南部[illegible]男君
藥學博士　●長井長義君
新潟　長[illegible]千壽君
醫學博士　●中濱東一郎君
新潟　中村勇三郎君
醫學博士　村松[illegible]三君
醫學博士　●隈川宗雄君
醫學博士　●栗本東明君
醫學士　●山田鐵三君
醫學士　山田弘倫君
陸軍醫學校長　●山根正次君
醫學士　山川[illegible]二君
衞生試驗所技師　●丸茂文良君
ドクトル　●丸山[illegible]四郎君
ドクトル　●松山陽太郎君
高等師範學校長　●此木信六郎君
醫學博士　小西信八君
醫學士　小泉[illegible]吉君
東京　●古川榮君
醫學士　布施[illegible]正君
衞生局長　●後藤新平君
帝國大學教授　●エ・ベルツ君
醫學士　●中野[illegible]楽君
文部書記官　●寺田勇吉君
子爵　秋元興朝君
前軍醫總監　●足立寛君
ドクトル　●新井[illegible]芳君
ドクトル　富士川游君
高崎區長　土谷[illegible]次君
産科婦人科　●水原[illegible]郎君
ドクトル　●久保田誠[illegible]君
醫學博士　●佐々木政吉君
醫學士　淺田[illegible]次君
ドクトル　●朝倉文三君
ドクトル　●朝山義六君
高崎　秋田聰太郎君
醫學博士　佐藤三吉君
醫學士　石井郁二郎君
醫學士　●佐藤恒久君
ドクトル　●佐伯理一郎君
ドクトル　●榊順次郎君
醫學士　●澤保三郎君
醫學士　●櫻井恒次郎君
醫學士　●北村精造君
ドクトル　●北川乙二郎君
醫學士　●木下正中君
醫學士　北島小太郎君
醫學博士　●北里柴三郎君
醫學博士　●三浦守治君
醫學博士　●三浦謹之助君
小兒科專門　●宮本仲君
理學博士　●寳作[illegible]吉君
醫學博士　●三島[illegible]貞君
藥學博士　●三宅秀君
醫學士　●三崎信太郎君
新潟　水野欽君
伯爵　土方久元君
醫學士　島村俊一君
醫學博士　弘田長君
ドクトル　須田卓爾君
ミス・ヒュース
醫學士　●笹川三男三君
醫學士　波多野傳三君
醫學博士　●吳秀三君
八王子　和田[illegible]君



醫學博士 三宅秀君

婦人衛生雜誌第百七拾號
(明治三十七年一月二十三日發行)

講話

家庭看護法(前號の續)

(本會講演)
醫學博士　三宅秀君
同事務所員速記

前回から液躰の藥のことを御話繼け致して居りまして、丁度此前には水藥を服みまする時の藥の分量に付いて御話して置きました、今日は水藥でありましても、中に溶けないものが這入つて居りまして、沈滓のあるやうな藥が稀には醫師の方から參ることがあります、それで水藥と云ふものは悉く澄んで居りまして、決して澱みのあり、滓のあるやうなものはない筈と心得て居ると違ひます、藥劑の中には如何致しても溶けませぬものがある之を以て水藥に作つて病人に渡しても忽ちそれが下へ澱みまして、溶けない藥もあることでございますから、若しさう云ふ場合でありまするならば矢張念を推して聞定めて、さうして其澱んで居りまする所を服まなければ利かないのであります、上澄の所斗りを服んで澱んで居る所は藥の滓だから捨てた方が宜からうと云ふやうな素人考を起して、折角の藥の利く所の部分が藥の中に調合してありまするのを、捨てゝ仕舞ふと云ふやうなことがあつては不都合でありますから、若し水藥で下に澱みがありましたならば、一應醫師に聞定め、さうして澱みが有りましたならば何時でも振盪して服むが當然であります、沈んだのを能く振つて混ぜ合せてさうして分量通りに一杯づゝ服んで行くのが適當であります、假令へ澄み渡つて居りまする水藥でありましても自然に藥の部分が下の方に澱むことのあるものであるからして、差支ない以上は大概の水藥も矢張り振つて服む方が安全であります、此前にも話しましたが、日々上澄みの方

から服んで行くと水藥は自然に下の所に眼には見えませぬが藥が澱んで居るから、下の濃い所の部分を服んだ時分に、藥が利き過ぎる虞れがあります、大概の藥は能く醫者に聞定めて能く振つて服むが宜しいのであります。

それから藥の性質に依りましては、水に割つて置きますると直ぐに藥の性質が變つて仕舞ふことがあります、さう云ふ水藥でありますると醫師からして水に割りませぬて、一本氣の儘の藥を醫者が病人に渡して置くことがあります、たべる時に水に割つて直ぐにそれを服んで仕舞ふ、一本氣の藥は大抵强い藥でありますから、直ぐに其儘口へ藥を入れますと、口が燒け爆れるやうなことがありますから、さう云ふやうなものは前以て服む時だけ盃のやうなものに水を注いて、其中へ劇い藥を割つて服むのであります、服み惡い非常に辛い藥でありますると、タヾの水の中へ割りましても、なか〳〵劇くて辛くて服めない場合があります、さう云ふ場合には葛湯のやうなものを拵へるとか、或は砂糖水とか或は又極く濃い砂糖湯を拵へまして、藥を割つて服むのであります、其劇い藥になりますると、是まで申しましたやうに匙て掬つて服むとか、或は藥量りて量つて服むとか云ふ工合に、一度に澤山づゝ服むものでございませぬから、此時には前申したやうに何滴々々と云ふやうな工合に滴して服まなければならない。

此前には二十滴一グラムあるとか云ふやうなことを申して置きまして、此次に御話する時に何滴垂らすと云ふ道具を持つて來て御覽に入れると云ふことを約しましたが、今日は其道具を持つて來ました、極く詰らない斯う云ふ硝子の管て一方は先きが尖つて居りまして他の一方の尖らぬ方へ護謨の管が付いて居ります、尤も普通の護謨の管てありますから、一方は管の儘てありますけれども、一方は底がつけてあつて塞つて居ります、斯う云ふ管がございますると、何滴と云ふことを調べまするに誠に都合好く出來まする、先つ護謨管を掴むで其所を推し挫きて後

に管の尖りを藥汁の中に刺し入れ摑みを離して管中に藥を吸込ませ滴する時は徐々に護謨管を摑みて一滴二滴三滴四滴五滴と誠に差支はなく何滴でも滴すことが出來ます、若し醫師からして何滴服めと云ふ如き強い藥を貰ひました時分には、普通の藥壜から一滴二滴と云ふ數を滴して服むとは、なか〳〵素人には六ケ敷いものであります故に、同時に價も御安い物でありますから此滴下器も買ふかよい尤も形は色々な形がありますけれども皆同じやうな仕組で出來て居りますから、若しさう云ふ御藥でも貰つた時分には藥と共に此樣な器械を一つ買つて置く方が間違ひを生じないで宜しうございます、

もう一つ申し添へて置きまするのは、一杯の盃へ葛湯なり砂糖湯なり拵へて置きまして、其中へ何滴と云ふて藥を滴し込むのでありますが、若し壜から一滴二滴と滴して居りまする内に間違つて一滴餘計滴したと云ふやうな時分には、一度に服むには劇過ぎるから、割つた方の藥を捨てゝ仕舞はなければならぬやうなことがあると大變な無駄を生じますからして、さう云ふ無駄の生じない爲に藥を斯う云ふ滴下器で間違ひなく滴して服んだ方が宜しうございますけれども、若し其樣な器械も手許に無い、それで壜の口から何滴々々の數を數へて滴して服まなければならぬと云ふ場合には先きへ盃の中へ砂糖水や水を入れずに置いて、三滴なり五滴なり藥を滴らして見て、丁度五滴の藥を滴し得たならば服まうと云ふ分量だけに後から水なり湯なりを割つて稀めて服むが宜ろしい、同じことであります、最初に奇麗な盃の中へ藥を滴して後で水を入れて服んでも變りはない、何故さう云ふ工合に後から水を入れるかと云ふと、滴し間違つた時に藥が無駄にならないやうに、間違つたならば又元との壜へそれを注けて、もう一遍滴し直して、丁度自分の志すだけの滴數を量り得た時分に相當の水なり砂糖湯なりと加へて服みさへすれば遣りそこなつても無駄がありませぬから、僅かのことでありますけれども、さう云ふ注意

が必要であります、何時でも水なり砂糖湯なりの中へ藥を滴して服むものと思ふて居ると時々遣り損つて藥を無駄に致します、

それからもう一つ斯う云ふ方の込入つた壜を持つて來ましたが(此時實物の壜を示さる)此壜は唯藥を何滴と云ふことを量つて服む時の爲なれば此樣な壜を備へるには及ばないけれども、用意藥と云ふて素人の家にも何か氣付けにするとか云ふて、用意藥を貯へて置きたがる人があります、其用意藥などを入れて置きまするには都合の宜い壜でありますから、今日は持つて來ました、用意藥に水藥を仕舞つて置くには斯う云ふ壜が都合が最も宜しいのであります、何故斯う云ふ壜が宜いかと云ふに、折角用意して置いた藥は、壜の口の仕やうが悪い爲に何時の間にか氣が脱けて率ざ使はうと云ふ急場の時分に其藥が氣が脱けて居ると云ふことがありますから、用意藥と云ふ物は十分注意をして氣の脱けないやうに貯へなければなりませぬ、是は壜が硝子口でありますから、堅くさして置きますと少しも氣が漏れませぬでございます、さうして使ふと云ふ時分に此狐の喙見たやうに出來て居りますから、此喙を横に向けて指し直して壜を倒さにすると(此時使用方を示す)二滴三滴五滴十滴とチャンと滴が自然に落ちて來ます、少しも間違ひはない、用意藥の氣の劇い藥を貯へて置くと同時に、直ぐにそれは滴量りになるからして此壜は誠に都合が宜い器械であります、若し醫師の宅からして一滴二滴と數へて服むやうな劇い藥を貰つて來たならば、此壜を明けてさうして此壜の中へ入れて置いたならば、滴量のやうな物を買ふに及ばない、此壜で兩樣足さるゝのであります、それ故に一滴二滴の滴數を以て數へるやうな水藥は此壜を用ゐるが都合が宜いのであります、

今一つ此水藥の極く劇いのになりますと、膠で拵へた小さい袋へ入れて服むことがあります、然かも其小さい袋になりますと、盛切り一杯入れて三滴しか這入らぬ、五滴しか這入らぬと云ふやうな小さな袋

が出來てあります、其袋は膠で乾し固めて丁度茶筒と同じやうに身と蓋とてスッポリと閉じるやうな工合に出來て居りまして、茶筒のやうな極く小さいのてあります、其袋の中に三滴なり五滴なり袋の中の量が極つて居りますから、其中へ入れて蓋を覆ふて水で嚥み下しますると云ふと、膠で出來て居りますから、ヌル／＼します、咽喉へ入れてグイと服んで仕舞ふと服み能くもありまするし、別に何滴と云ふて量りませぬでも、今の袋が既に藥量になつて居りますから、是れて服むと恐らくは分量を誤まらず隨分劇い藥でも服むことか出來ます、

それから今一つ注意致して置きまするとは、劇い水藥などてありますると、日光の射す所などへ藥の這入つた壜を置きますると云ふと、之を窓から日光が射して壜の爆ぜて仕舞ふやうなことがある、或は壜の口が吹飛んで仕舞ひ、或は壜の破裂ると云ふやうなことがありますから、それも注意して置かなければなりませぬ、又一つは大層火を引くやうな劇い藥もありまするからして、さう云ふのは普通石油を取扱ひましても殊に夜分は石油などを取扱ふのは危險だと云ふのと同じことて、傍に手燭の火などがありまするると、壜の口を拔いたばかりで手燭の火などが點くことがある、火が點いたばかりでなく、それが爆裂すると云ふやうな危險な藥がありまするから、總て藥を醫師から貰つて來ましたならば、嚥み下だしするまでの間に種々の注意を要するのであります、勿論醫師の方からも素人に向つて懇々注意を促がすのが當然ですけれども、万一其注意を怠つた場合には、藥を用ゆる者の方で大いに不都合を生じないやうに總ての點に於て用愼をするのが必要てあります。

それから同じ流動體の藥でありましても、油の藥がありまして、其油を服まなければならぬ場合もあります、油藥と古へから言ひ來つて居りまするのは、今日の膏藥で身體の外部へ附ける附藥でありましたけれども、今日は油藥でも必ずしも外部へ附

けるばかりではない、油薬を其儘服まなければならぬことがある、是れは粘つた物でありますから、薬を量りまする時分に誠に分量が極まりませぬ、他の水薬のやうに器を轉倒して仕舞へば量つただけの薬が身體の中へ這入れば宜しうございますけれども、殊に冬分になりますと薬量りで量つて服みましても、幾分か薬量りの方へ粘つて附いて仕舞いますから求めたゞけの分量程服むことが出來ませぬ、それ故に油が其器へ附着かないやうに前以て成べく器を濡して置くと云ふ注意が必要であります、さうすると油が器へ附着しませぬから、量つただけの分量が正しく服まれるのです、若し其注意を怠つて乾いた器に油薬を量つて服みまするど餘程分量より少なくなつて仕舞ふ譯になります、今日では市で賣つて歩いて居りまする油屋が、主に石油などのやうな物ばかりを扱つて居りますからして皆さんの御眼には着くか着かないか知れませぬけれども、油屋と云ふ者は大變升を早く轉倒すものであります、と云ふのは一升の油を量つても升を轉倒することを早く遣りまするど一合の内で三勺か四勺は升へ附着いて仕舞つて、一升と云つても漸やく七合か八合しかない、恐らく油屋では升目を減する爲にさうして量るだらうと思ふのであります、それ故に今分量を極めて薬を服まうと云ふ其時分には油屋流を遣りますると、半分は升に附着いて仕舞ふから、先づ以て薬量の方を濡して置いて薬を量りませぬと、大きに分量に狂ひを生じて參ります、それから服む段になりまして、油薬は誠に服惡い物です、どんなに癖の無い服み良い油薬でありましても、油臭いと云ふだけはどうしても免かれませぬ、それ故に油薬を服みまする時分には玉子の黄味でありまするとか、或は砂糖とか、又は亞剌比亞護謨とか云ふやうな物で油と湯とを混ぜて服むことが必要な場合があります、大概さう云ふ物を混ぜて嚥み良くしまする等のことは醫師又は薬舗の方で扱つて呉れまするからして、素人が自分の家で手を掛けて調合すると云ふや

うな必要はありませぬけれども、稀には六ケ敷いことてありませぬから馴れゝば隨分素人にも嚥み良くする位の事は雜作もありませぬ、さうして其油藥に色々な物を混ぜて乳劑と云ふものにするには、品物でも持つて來て實地拵へる處を御目に掛けなければなりませぬでせうが、今日は醫師の方なり、或は藥舖なりへ行つて、どうも油藥は服悪いからして乳劑にして貰ひたいものだと云ふことを申しますれば、今は不馴の人の手を下して拵へなければならぬと云ふ不便な世の中てはありませぬから、此事は詳しく申さぬても宜からうと思ひます。

それて只今藥量の所で一寸申殘しましたことがあります、寒い時分になりますると、油が粘りが強くなりまして、それで藥量へ附着して困ると云ふことを申しました、之を避けます爲には油藥を火鉢の傍、或はストーブの傍と云ふやうな暖かい處に置くと、それから一方は量らうと云ふ藥量りの方を豫め湯て溫めるとか、火て溫めるとか致して置きますると器へ附着くことが少うございます、聊かのことてすけれども藥を服む時の、是も注意の一つてあります。

て油藥は服み悪いと云ふことを申しましたが、其服み悪いのを防ぐ爲に葛などを入れて服み好くしたり又服んでから後が油ぎつてぬる／＼粘つて居る時に口直しを食べますが、それ等は後に至つて藥の飲み方と云ふ時に申上げます。

それから前回に申して置きました水藥てありまするが、其水藥は煎藥とか或は振出藥とか云ふやうな工合に致して、醫師の手から生藥を紙に包んて貰つて來ることがあります、是は全く醫師なり藥舖なりて煎藥を拵え、又は振出藥を拵へて貰ふことの手數を省く爲に自分の方て手數をして拵へるとか、或は熱い中に服まなければならぬやうな場合に、さう云ふ水藥にする所の生藥（原料）を貰つて來て、自分の家て煎藥なり振出なりにして服む場合てある、是は醫師の方て藥をやりまする時分に、藥の方に已に分

量がしてあるのてあります、それてすから水藥になつてからの分量は之をどれだけの水て煎じて何程に煎じ詰めて服むとか、或はどれ程の熱湯に何分間浸して服むとか云ふやうなことは、其藥を渡す時分に必ず醫師なり藥店なりからして、藥を授けると同時に言ふ、其指定通りに致して服まなければならぬのてあります、振出藥を拵へまするには日本て是まてやつて居りました流儀のは、重に鍋の中へ湯を沸かして置きましてさうして其鍋の中へ布の袋に入れた生藥を鍋の中へ押込んて、浮いて來るからそれを無理に箸や何かてはさんて湯の中へ入れてグラ〳〵と湯を沸らして暫く措いてそれを服んだものてあります、今日ても能く賣藥や何かにはさう云ふ振出藥があつて、昔の形が殘つて居ります、併し今の西洋流て往きまする方の振出藥と云ふのは、丁度吾々が始終服んて居ります、煎茶をする時と同じやうな工合て二百五十グラム入位の蓋茶碗先づ常用の飯茶碗の中へ生藥を入れて、其上から二百グラムの熱湯を入れて注いて蓋をして措きて、二三十分措いてから布片を絞つて其藥を服む、それですから幾分か其者の方へ水分を引かれますけれども元と二百グラム（凡そ一合）の水を注いだのてありますから藥の方へ幾分か吸取られますけれども、矢張り出來た所の水藥の分量は二百グラム位のものてあります、それを一遍に服んて仕舞ふやうな時もありませうし、或は二回又た三回位に分けて服むこともあります、大概さう云ふ振出藥などは殊に熱い中服むやうなことてあると、汗を取る時などに用ゆるのてありますから、さう云ふ場合には二百グラムばかりの藥を一度に服んて仕舞ふ、熱い間に吹き冷ましながら服むと云ふ必要がありますから、さう云ふ時には小さい物に少しばかり服んでも利きませぬ、デ隨分澤山な分量を振出にして服ませることもあります、勿論是等は唯分量に依つて違ふのてあります、吾々が日用の茶を入れても良い茶を入れる時分には幾分か湯を冷ましまして、さうして微溫になつた時分に入れませぬと

折角の良い茶がうまく飲めないことがあります、それと同じことで藥に依りますと、餘り熱い湯で沸つて居るのを注ぎますと藥の性質が大層變ることがあります、一寸良い茶を飲まうと思つても沸つた湯を最初から打掛けると澁い苦いものが出來て良い茶が澁くてまずく飲めぬやうになることゝ同じことで、藥に沸つた湯を頭から掛けるとすつかり性質の違つて仕舞ふものがあります、今其例を擧げまするると、通じ藥を醫師が出します、それを湯を注いで振出して服みます時分に熱湯を注いで煎じ出しますと通じの付くことは付きますけれども、大層腹が痛い、非常に絞られるやうに痛んで通じがあります、若しそれをお茶を入れるやうに溫手の湯を用ゐて煎じ出して飲みますと、少しも腹が痛まずに通じが付きます腹の痛むと痛まぬとは何處にあるかと言へば、全く其時に用ゐた湯の溫度如何に依るのであります、又熱い湯を用ゐた爲に藥が利かぬと云ふやうになるかも知れぬのです、全く通じの付くやうな性質を有つて居るけれども拵へやうの惡い爲に腹の痛むやうなものを拵へるので、此等は藥を拵へる鹽梅を知らない爲に斯樣な不出來かしを來すのであります、それでありますから振出藥は毎もグラ〳〵沸つた湯を注いて置いて、さうして蓋をして冷めて溫るくなるまで待つてから飲むと云ふばかりではなく、或場合には湯を注いで少しの間待つて直ぐに服むとか、熱い中に服んだ方が藥の香りが良いとか云ふやうなことは恰度お茶を飲むのと同じやうな仕方でありまして夫々藥の性質次第で違ふのでありますから、詰り其藥を貰つて振出を拵へる時は、どう云ふ工合に拵へて宜からうと云ふことは藥店なり醫師から其取扱ぶりを聽いて爲さるが宜しいのであります、

日本風の是までやつて來た振出しは藥が麻の袋に這入つて居りますから、それを引上げてさへ仕舞へば直ぐに服んでも宜いやうになりますけれども、若し麻の袋に這入つて居りませぬ時は奇麗な麻の布で漉して飲まなければなりませぬ、藥を漉し去つて仕舞

ば普通服みます水藥と同じやうになります、それから煎藥でありますが、煎藥はもう此節は醫師なり藥店なりの方で拵へて呉れますから、自家で煎藥を作つて服ませるやうなとは極稀でありますけれども、久しく斯う云ふ煎藥のやうなものを用ゐなければならぬ病人が家に出來た時分には、醫師なり藥舖なりから其藥を煎藥にしたものを貰つて來て服むのよりは、原料を買つて置いて自分の家で煎藥を拵へて用ゐる方が餘程經濟の上に儉約になるであらうと思ひます、大層昔風のお話をするやうでありますけれども、一家の中に病人が出來ると餘程其家の惱みであるから出來るだけは儉約にしなければならぬてあります、夫故に私は切りに儉約主義を唱へて、煎藥て濟むものならば成るだけ他で作つて貰はずに自ら原料を買つて來て自分の家で拵へる位は知つて居る方が宜からうと思ふのてす、此煎藥は用ゐる所の分量がそれ〳〵違つて居りまして、其煎藥次第で分量の多少はありますけれども、兎に角幾分かの時間煎じ詰めて居るのでありますから、最初用ゐた水の分量よりは幾分か煮詰つて減じて居ります、縱令ば二百五十グラム入れた水も煎じて居る間に二百グラムになります、煎じて居る時間の長さに準じて煎じ詰つて居ります、どれほどに煎じ詰めべきであるかと云ふ分量は藥店や醫師の方から指示しますから其指示された通りにやる、只だ煎じ詰めさへすれば宜いと云ふ主義のものではないから、或は強い火(武火)にかけて一時にグラ〳〵煎じ詰めて早く煎じ上げる必要の場合もありませうけれ共、又或時には極くの文火で徐かに煎詰めなければならぬ藥もあります、それから次に藥鍋の中から泡が立つて來まして忽ち吹こぼれるやうなこともあります、さう云ふ風に藥の性質次第で一寸煎藥を拵へると云つても御料理をすると同じことヽて、餘程手心や火加減を覺えて置かなければなりませぬ、蓋をして煎じて宜しいとか、或は蓋を取つて煎じて宜しいとか、火は文火で緩かに煎じる方が宜いかと云ふことは藥の性質次第で違

ふのでありますから、自分の家で煎藥を作つて服まうとする時分にはそれ等の手心まで醫師なり藥舗の方で聽いて、さうして自分の家でやるやうにしませぬと大切な藥の利目の在る處を煎じ滓として捨てゝ仕舞ふ樣な間違ひを生じます、隨て利くべき筈の藥が利かなくなるやうなことがあります、それで先づ流動藥の方は了りました、

水藥から固形體の方の散藥や生藥や何かに移ります前に、間のものがあります、是は詰り煎藥を煉詰めて拵へたものでありますから昔は煉藥と云ふて居つたのであります、今日では此煉藥は誠に用ゐられなくなりました、併し稀には甘いものを藥に入れて小供などに舐めさせることもあります、併し煉藥を個々に自分の家で煎藥から拵へ上げると云ふやうな手間の掛ることはありませぬ、唯煉藥と云ふものは煎藥をモッ一層長く煎じ詰めて、さうして半流動の物に拵へたものだと云ふことだけを申して置くのであります、是から重に散藥の方に移ります、

散藥は大概僅かな分量でありますと、醫師なり藥店なりの方で一服々々に包分けて呉れますから、分量は其一服を服むとか、或は一服々々に包み分けるのが面倒でありますと、二服ばかりも一包に拵へてそれを一回に半服づゝ服む、即ち一服の藥を二度に分けて服むとか云ふやうなこともありますけれども、大概は先づ是は醫師の方で一貼づゝに分けて呉れますから服むときの分量は、誠に心配がありませぬ、只だ服みやうが惡うございまして包紙へ附着けて仕舞ふと云ふことが一番工合が惡い、包紙が濡れて居りましたり、或は藥が少しベタ付くやうな粘氣の藥でありますと、紙へ附着いて仕舞ふ、さうすると醫師の方で命じた分量から見ますと半分は服まずに仕舞ふのでありますから餘程利き方が惡くなります、さう云ふことさへ致しませぬければ分量に於ては誠に心配がないのであります、それから又一貼宛に分けて服ませぬでも格別分量を綿密に分けて服ませぬでも、宜しい藥でありますと見計らひの分量で、

唯匙加減てしやくつて服んでも宜い、此等は少し位間違つても宜い藥であります、さう云ふのは木で拵へた曲物だとかボール箱だのと云ふやうな箱で拵へて呉れます、それを匙で量つて服べる、其時には山盛一杯一匙づゝたべるやうな時分に極く輕い散藥でありますと山盛一杯でも二グラムから二グラム半位であります、それは極く輕い藥の時、通常の草根木皮を粉にした散藥でありますと、匙一杯山盛は凡そ三グラムであります、通常用ゐます曹達のやうなものでありますと、四グラム乃至五グラム位なものであります、之れより重い鹽類の方になりますと八グラムも十グラムも掛るやうな重いものもありますけれどもさう云ふやうな非常に重いもので匙一杯服むやうなことは實地に於て格別なからうと思ひます、曹達位のもので、それよりモツと輕い方の藥でありますと隨分匙でしやくつて服べるとが多くあります、乃て此散藥の服ませ方は又後に申しませうけれ共、散藥と云ふものは縱令味が苦いとか辛いとか云ふさう云ふ味の格別惡くないまでも輕いものは誠に服惡い、自分で實驗すると直ぐ分りますが、口の中へ入れて水なりお湯なりで以て粉藥を服まうと致しまするとパッと水の上へ浮いて仕舞ふと口内一杯に廣がるさうして過つて咽でも致しますと鼻からも粉の儘で吹出すと云ふやうな工合になる、輕い粉を澤山口へ一杯入れますと、恰も麥こがしでも食べるやうな工合に誠に始末の惡いものであります、それでありますから成るべく格別飲み惡いものでなければ、粉藥を一寸水を入れて濕しまして口中で餘りパッと廣がらないやうに致して服んでも宜しいのであります、それから段々考付いて詰り丸藥と云ふものが出來たので、散藥ではどうも嵩が多くなつたり少なくなつたりなどして困ると云ふやうな所から粘るもので散藥を固めたのが丸藥になるのでありますからして、散藥で服んだ方が特別に良いと云ふ場合でなければ散藥よりは矢張丸藥の方が宜しいけれども散藥を丸藥と比較して申しますと、同じものであつても

散藥の方が先へ早く利いて來る譯であります、丸藥は固めたものでありますから、一度腹の中へ這入つてからそれが解けて始めて利いて來るのであります、散藥の方は直ぐに粉の儘胃中に這入りますから、利くことは早く利きます、又水藥でありますとモツと早く利く譯であります、どうして其順序を逐ふて行きますと水藥が一番早い、其次が散藥其次が丸藥、それてすから、丸藥が一番利くのが遲いのてあります、

藥が口の中へ這入つて廣がつて困ります場合には、散藥を包んで服む例へて見ますと散藥を風呂敷包にして胃の中まで送る、さう云ふやうな工合に藥を包んで服ませる手段があります。普通の散藥を包みまするものはオブラーテと申しまして何如の藥店にもありまするからして、普通のものなら極く得易うございます、之を用ゐますと一は分量を誤まらぬやうにもなりますし、一は服惡い味の惡いものもそれに包んで嚥みますと樂に服むことが出來ます、其オブラーテと申しますものが手近にない時分には、日本では色々工風した人がありまして、淺草海苔の中へ散藥を包んで服ませる人があります、或は極く薄い典具帖又は、薄葉のやうな至極薄い紙を濡して其紙に散藥を包んで服ませた人もございまするし、此等は何でも宜しいのです、併し是まで出來て居りまする普通のもので包みますると甚だ脆いものでありますから藥を包んで居ります間に取扱中風呂敷が破れますと服惡い藥がこぼれまして口中へ厭やな臭い味などが殘りまして極く都合が惡るい、西洋でも是には大變困つて居ります、此前に水藥を盛りて服むのに膠で以て小さな茶筒のやうなものが出來て居ると申しましたが、それと同じやうなものを工風致して「カプシユラ、リムザン」と云ふものが出來て居りますが、是は日本の菓子の最中から考付いたものだらうと思ひます、御承知の通り日本の最中に二枚の皮があつて中へ餡が這入つて居ります、此最中の皮見たやうなものを極小さく拵へて、尤も藥の分

量次第で大小はあるが二枚の皮の合口の所に豫ねて護謨のやうなものが塗り着けてありますから其間へ散藥を入れて、一方の皮の護謨の付いて居る處を潤ほして他の緣と合せるとピッタリと附着いてしまいます、それで固いものでありますけれどもなほ溫い湯で潤ほすと直ちに皮が柔かになり且つ滑かでありますから、決して服惡いことはありませぬ、全體大きなものになると服惡さうなやうに誰でも考へますけれども、人間の咽喉は大きいもの丶方が食べ好いのであります、小さい小粒のものとなりますと、一呑みには困難です、少しく多くなると咽喉で嚥下に大層都合が宜いものでありますから、最中の皮のやうなものを拵へてそんなものに散藥を入れて服んだなら咽喉が迷惑を起すだらうと云ふお考の起ることもあるかも知れませぬが、決して左樣なものではありませぬ、小粒のもの丶方が却つて服惡い、最中の皮のやうなものは濡れると上皮がヌラ／＼致しますから、それで案外大きい方が服み好いものであります、

それでモウ一つ藥を服ませますのに是までありまするオブラーテは誠に脆くて破れ易くて困りましたが、今年博覽會の時に三重縣田丸町の小林某から出品になりました柔軟オブラーテは至極宜しいやうです、何が宜いのか云ふと、第一丈夫であつて藥を包むときも亦服むときも口中で破れるやうなことがありませぬ、試みに指で引いて見るとなか／＼丈夫であります、丈夫でありますからして腹の中へ這入つても解けずに居るかと云ふと水に少し浸して置くと直ぐに解けて仕舞つて澤山の時間を要することはないやうにしてございました、只今では東京市中至る所の藥舗に之を配つてございますがかう云ふものは至極宜からうと思ひます、

それから丸藥であります、丸藥は前申しまする通りに散藥を固めたものであります、舊い時分に日本で拵へて居りました丸藥は大抵飯粒で煉て固めたのであります、西洋では飯粒がありませぬから麵包の心

の軟かい所で固めたのであります、飯粒で固めた丸藥では少し古くなると堅く固まり付いて仕舞ひますから丸藥を服んでも急にそれが解けませぬから從つて服んでも解けずに其儘出てしまうやうなことになりましては一向丸藥として効がありませぬから、近頃では段々丸藥を固めますのに煉藥のやうなもので固めます、煉藥のやうなもので固めますから、それが胃の中へ這入つて早く解けるのであります、早く解けるのが宜いと云ひますと前申したやうに散藥で服むか、或は水藥で服む方が宜しいのですが、丸藥と云ふものは妙なもので餘り早く解けて呉れない方が宜い塲合もあります、ズッと胃の方を通り拔けて腸の方へ下つて腸の中頃に來て始めて解けて欲しいと云ふ塲合があります、何れにしても口から入れるのでありますが直ぐに胃の中で藥が解けて仕舞ふやうな、さう塲合ばかりでない時があります、腸に下りても餘り上の所で解けないでズット下の方へ來て解けて呉れる方が望ましいと云ふことがありますから、成るたけ下の方へ來てから解けるやうに丸藥を作らなければなりませぬ、そんな塲合には時間を計つて程の好い所へ往つて解けるやうに醫師の方で仕組んで呉れますから之を用ゐますけれども、是は他の藥では眞似が出來ませぬ、それから丸藥は一粒々々になつて居りますから、分量は一度に幾粒服むと云ふことにすると誠に勘定が爲し易い、用ゐまするに分量を過まることなどはございませぬ、丸藥が一番綿密に行きます、幾粒と云ふことに極めることが出來ます、

それから丸藥の大きさでありますが、日本では昔から細かいものを用ゐて居りますから、今日あります丸藥の中には餘程細かいのがあります、就中六神丸と云ふやうな丸藥、支那あたりから參りますものは、殆ど罌粟粒かと思ふやうな細かい丸藥があります、急に早く解けるやうにするには成程粒は細かい方が宜いのです、併し丸藥よりか散藥の方が尙ほ宜いと云ふ位ですから極く小さく固めて置いた方が

宜いので、固まりが表面の方から解けて來るから小さかつたら早く解ける譯でありますから、粒の小さいと云ふことは大きに其處に理窟はあります、けれども元來其丸藥はソンなに早く解けて貰はなくとも宜いのでありますから、日本で使ひ來つたやうな細かい粒にする必要はないでありませう、西洋流では散藥に附形藥と云ふものを割足して小さい團子に等しい(大丸)やうなものを拵へて、服ませますから決してさう云ふ細かいのは要りませぬ、服み好い方の點になりますと、隨分大粒の丸藥を服まなくて困る病人がありますが、是は全く日本では今まで細かいものに慣れ來つて居りますから少し大粒でありますと服惡がりますけれども、前申した如くて餘り細かいものよりは大粒のものゝ方が嚥下すには都合が宜いのでありますから、大粒の丸藥で一向差支はありませぬ、

それから丸藥を服み好くする爲に表面へ膠のやうなものを引いたのがあります、それから砂糖を掛けたものもあります、丁度蓬萊豆のやうな工合に丸藥の外へ砂糖を掛けてございます、さうすると縱令大粒でも滑みを生じますから至つて服み好くなります、それからモウ一つは膠なり砂糖なりを丸藥の上へ着せてありますと、臭いのするものでも割合に臭が致しませぬ、それから惡い味のするものでも上包になりますと味もございませぬから、只嚥込み易いばかりでなくそれ、等の爲にも膠のやうなもので上包がしてあります方が都合が好くなります、

丸藥は今のやうな譯で、成るたけ腹の中へ這入つて下の方へ往つて解けるやうな目的で拵へたのもありませうけれども、殊更に惡い臭氣を感じないやうに態々砂糖や何かで包んであるものを嚥みながら、之を嚙潰して服むと云ふやうなことは、之は甚だ宜くない仕方であります、それ〳〵或目的の爲に服み好くして與へたものを、口中で嚙潰すと云ふことは、全く丸藥を作つた趣意に背くのでありますから、決してさう云ふことをする譯のものではありませぬ、

けれども隨分嚙潰して服む人があります、尤も今まてあります奇應丸や何かのやうに香氣の高い、藥て口中て嚙潰して香を喜ぶと云ふやうな丸藥は、口内て嚙潰すのも宜いか知れませぬが、其他のもの、下し藥とか何とか云ふものを嚙潰して服みますのは、此方て與へた趣旨に背くやうなものてありますから、さう云ふことをしてはなりませぬ、それて今一つ丸藥は文字に示す如き丸いものてありますが、もう一つ平たく散藥を固めたもので、丸や角や又は三角の形に壓潰したやうなものが、此節ては澤山あります、散藥を丸藥にするのには色々混ぜ物をして、さうして丸く固めるのてあります、それを丸くする代りに平たくして或は碁石粒の樣にし又は三角四角位の形りにして丁度練り香の如くに出來て居る、さう云ふのは詰り散藥にすると容積が多くて匙一杯も服まなければならぬと云ふので、携帶するに便利の爲、又は空氣に觸れて散藥ては濕つたり何かすると云ふことがありますから、それを防ぐ爲に固く締め付けてあるものもあります、砂糖や何かを中へ入れたのもあります、入れずに散藥の儘て固くしたのもあります、是は丁度丸藥と散藥との間のもので、さう云ふものでも矢張り丸藥と同じやうに拵へてあるのは口に這入るばかりて、服むに便利の爲に厭な臭のしない爲に、さう云ふ風に固め付けてあるのてあります、形は平たくなつて居りますけれども、丸藥と略々理窟は同じやうなものてあります、さう云ふのは成るたけ嚙碎かずに嚥んで仕舞はなければなりませぬ、假令ひ色々に形の違つて居りますものでも、畢竟其儘て以て嚥下し、口の中て嚙碎かずに服まれるやうに出來て居ります、それと今一つは散藥て包分けたと同じやうに、一服々々藥の分量が極つて居るのてありますから、分量を過まらぬやうに服まれまして至極便利と思ひます、

今日は先づ今の飲藥の方て散藥から丸藥まて了りましたから此次は身體の外部へ付けます塗り藥だとか、膏藥だとか云ふもの丶用方を申上げます、」

邦人の體格

（前號の續）

寺田勇吉君

歐羅巴でも無論惡いことも澤山あるけれども德義といふ點に至つては實に感心すべき點が多い、英吉利ではお聞及びでもありませうけれども、旅行する時は停車場へ行つて手荷物を預けるに決して日本のやうに合札を與れるやうなことはない、現に私が倫敦から或る所へ旅行しましたが、その時預けた手荷物は目方も何も改めずにまた合札を與れるといふこともない、さうして先の停車場へ着いて見ると他の人の荷物と一所に積んであつた、そこへ行つて自分の品物を自分が持つて與れればそれでよい、決して人が他人の品物を持つて行くといふやうな不都合なとはない、また汽車の中で物を忘れてもその物が出て來ないといふやうなとは決してない忘れたものは直く出て來る、さういふ點においては誠に感心である、日本ではドウモこの信用といふことに就てまだ甚だ缺けて居る、現在英國邊りでは百万圓二百万圓といふ大金を授受するにも銀行で受取用紙などは全然用ひない日本などでは古來の習慣のことでもありませうけれどもドウモ受取用紙の爲めに金を費し時を費さなければならない、我國で費す所の受取用紙の價格は一年に實に三四十万圓に達すといふことを或る製紙會社の人が私にいつたことがありますが實に大變なものではありませんか兎に角日本ではナゼソンナに受取用紙が必要であるかといふに譬へは或人が役所に勤めて居つて辨當屋から辨當を取つてその代を拂つてやる、受取を取つて置かんといふとその辨當屋がまたやつて來て二度も三度も辨當代を下さいなどゝいふやうな事がある、だからドウしても日本では矢張受取といふものは必要である、詰り受取の必要といふのは不德義といふことから起つて來るのである、また亞米利加などでは郵便箱の上に郵便がコンナに積んであつた所が決してお郵便物がなくなるといふやうなこともなければ徒をする者もない、

或はまた馬車などに乘つて見ても日本なればドンナ乘合馬車に乘つても馭者の外車掌が一人居るが西洋では馭者が一人しか居ないさうして客は五錢なり十錢なり極つて賃錢をそれ〲箱の中へ放り込んで行く、馭者が一々勘定して受取らなくても決して乘逃げをするといふやうなものはない、若しまた稀に乘逃げをする奴があつても馭者と車掌と二人でやつて居ることに比べると大きに德である、最初此の事に就き會社でも論があつたけれども乘逃げをするやうな不德義な人間は極く少數であるから一人の馭者でやれば人間一人儉約が出來るし客にも便利で却つて宜しいといふやうな點から今日まで實行して居るのである、實にさういふやうに信用高き爲め人間一人儉約が出來るといふやうな譯であるが公德の缺乏した所ではドウもさうは行かない然るに我國で最初必要の所に自働電話が出來た當時は、無闇に人が集つて徒をしてしやうがない或は話口の所へ物を押込んだりして通じなくしたり或はまた人の居ない時には錢を奪つたりすることが屢〻あつたものだから、止を得ないで近來は適當の場所を止めては之を巡査の交番所のある近所へ移した、けれども巡査の見て居らん間には不都合な事をするものがあつて仕方がない、自働電話などは實に文明の利器であつて誰しも徒をするといふ考はなからうと思ふけれども矢張さういふことをやる、モウ一ツはこの頃中東京で大きな問題になつて居ることで、それは各學校における體操場を公開して何人でも來て體操をさせるがよいといふことで至極結構な事で吾輩は兩手を擧て贊成する此の事が公德缺乏の爲め一の問題になつて居りますが、現在獨逸などでは各學校の體操場においてその區内のものなれば何時でも來てこれを使用することが出來る、また敎師も閑があれば來て敎へてやるといふやうな一般の風習になつてをつて、學校で使はない時は人民か使用することになつて居る、日本でも東京でさういふ風に體操場を公開したらばよからうと段々研究して居るけれどもドウモ今

公開するといふことが道德心が缺乏して居るため實行が出來ない、折角の體操場も公開して誰でも使用するヿが出來るといふことにしたならば、直に徒をして肉刀を持つて來て繩を切つて見たりその他の運動器械を毀したり無益な徒をして實に運動場を滅茶苦茶にしたり運動器械を使用に堪へないといふやうなヿにしてしまう、さういふ譯であるから矢張公開といふことはよいことであるけれどもこれを實行することが出來ない、それからまた吾國の圖書館などに就ても實に不都合な奴があつて困る、その圖書を見に來る人が決して當り前の閲覧者ばかりでないウッカリ本を貸すと可いやうな本は懐へ入れて逃げていつてしまうとか甚しきは本を讀み乍ら人に見付からないやうに自分の必要と思ふ所を切つてこれを丸めて窓の外へソッと放り出して歸りに拾つて行くといふやうな不德義な奴が多い、不得止窓に金網を張て居て之を防て居る圖書館もある、元來圖書館などといふものは教育上餘程必要のものである

けれどもこれを發達せしむることは我國の如き德育の缺乏した國では甚だ六ケしいのです、今申しましたのはホンの一二の例であるけれどもさういふ風に總ての點に就て妨害をなすといふのは如何に德育に乏しいとはいへ實に慨はしき至りであります、次は體育のことでありますがこの體育に就ては我日本でも貴下方の充分御承知の通り體操などいふこともやつて居るに違いない併乍ら我國の體操といふものは價値が甚だ安いやうに思はれる、私の目に獨りさう見へるのみならず私等の友人などが皆さういふ風に感じて居る、我日本では歐羅巴に比べて見ると體操の價値は甚だ安いのである、詰り一般に體育の必要といふことを世人が感じないのであるから仕方がない、加之社會が之を重じないのみならず學校でもこの體操といふことに餘り重きを置いて居らん、歐羅巴諸國就中白耳義、英國、獨逸、瑞西、瑞典國などにおいては教育は智育、德育、體育の三に分類して第一を體育とし之に一番重きを置いて居るこれ

に次ぎまするのが德育それに次ぐのが智育であります、併乍ら日本では今日までの所先づ智育が第一であつて即ち智育が唯一の教育であつて德育が第二體育といふものは附けたりといふやうな感覺を持つて居りました、斯の如く日本と西洋とは正反對である、ナゼ西洋では體育といふことに左まで重きを置くかといふに體育といふものは實に教育の基礎である根本である專門の教育、普通教育、實業教育、その他何教育たるを問はず、身體の健康なる者に依つて始めて實行し得らるゝので各個人が充分健全であつて活動力偉大にしていかに勞働するも如何に艱難に遭過するとても挫折することなき實力を有して始めて、その實業盛になることが出來るのである、その業務の何たるを問はずその目的の如何に關せず、總て是に從事して居る所の人が健康であつて活動して進んだならば必ず其業は盛になるに相違ない、彼の獨逸が今日の發達富强を來したといふ原因は實業教育の結果實業が發達したのであるといふとは爭ふべからざる事實であるか、その淵源その根本といふものは何處にあるかといふに前に申しました通り體育を非常に重じ學校に於ては大にこれを奬勵し家庭においては着々これを實行し總てその方法宜しきを得て世人が皆健全に發達して遂に今日あるに至つたのである、即ち獨逸の今日の富强をいたした本といふものは體育を重じた結果に外ならぬのである、この體育といふものは獨逸帝國に取つてはその發達の根本となりまた基礎となつてをるのである、これ故に前に申す通り獨逸では體育といふことに第一重きを置いて居るのでございます、從てこの體育のため官設でやつて居るものと公共團體等でやつて居るものとの別なく體育の爲めに費して居る金額は却々非常なものである、それから今度は英國のことで申して見ると英國の教育制度は尙一層體育に重きを置いて居る先づ英國の學校に行つて見ますると、午前の二三時間は智育に勉めて居る即ち勉學の時間である午後の時間は殆ど全部體育に使つて居るといふて

も宜しい位てございます、餘程英國の教育制度は體育に重きを置かれてある、これを我國の學制に比べて見ますれば大に一考せんければならないのてあります、書物を讀んても詰り讀んて居るだけては何にも役に立たない、唯自分の思想を確にし自分の智識を聰明にし事物に接して直に明かなる判斷を下して、事に臨んて狼狽せぬやうな人間を作らんければならぬ、言葉を換へていへば精神を鍛錬して置くといふことが肝要である、即ち人の身體といふものは精神と肉體とより成立つて居るものだから精神を鍛錬するには先づ身體を丈夫にして置かねばならぬのてある故に西洋てはその學制においても學科に左程重きを置かないて體育に重きを置いて居るといふ譯てある、今此の外に例を擧ぐれば澤山あるが殊に體操のことに就ては彼の瑞典國である、この國ては實に體操を盛に行つて居ることは餘程名高いもので確か「リング」といふ人が先祖てありまして一種の體操を行て居る今ては「ストックホルム」などには立派な體操場も澤山出來てゐて、老若男女の別なくそこへ行つて體操を盛にやる、同此の體操法は今日ては段々廣まりまして現に獨逸邊りでは瑞典式を行ふ亞米利加邊りでもこれを行ふ、他の文明國からも續々教員を瑞典へ派遣すると云やうな有樣である、さういふ譯でありますから瑞典國はアンナ寒い國で殆ど巖ばかりてその間に小なる木が生へて居ると云やうなよくない所であるにも拘はらず兎に角人物が澤山出來、從つて他の歐羅巴諸國と競爭して行くことも出來ると言ふことになつて居るそのもとは何であるかと言へば即ち體育と言ふものに非常に重きを置いて公私の區別なくこれを重んじこれを盛にして行くと言ふのが原因である、然るに我日本は如何であるか、體育と言ふことを餘り人が重んじない、また學校でも重じない、父兄においてもその思想がない、體操と言ふものは遊びてある、小供を學校へ遊びにやるやうなものであるなどといふて學校へやつても體操をやらせることを好まぬといふやうな風が

ある、甚しきは昨日或る信用ある人から大阪で聞いた話してあるから確に事實であらうと思ひますが、其人の談話に依ると或る立派な父兄であつてその人の小供が先達死んださうである、その人が申すにはこの小供の死んだ原因といふものは學校の體操である學校で體操を課さなかつたならば私の小供は死ななんだらうといつて無闇に體操を怨んで居つた人があるといふことである、これ等も詰り體操といふことは如何なる効力のあるものであるかを知らず只よくないものであると思つて居るからである、さういふやうな風に體育を輕蔑されては誠に困る、この邊は餘程教員諸君が注意して體育を奬勵し父兄をして體育の必要なる所以を知らしめなければならぬ、學校に居る時ばかり體操を努めても家へ歸つてから父兄がさういふやうな風では到底丈夫な人間は出來ない、この體操といふことは稀に學校で少しばかりやつたとてそれでよいといふものではない、始終これをやらなければならん、一生涯やらなければならぬ、殊に小供の內は非常に必要である、所がこれを奬勵しその手本を示す所の學校の先生などはドウであるか、休業日などは何をして居られるかといへば散步とか川遊びなどをせられるのは甚だ少い、多くは將棊か碁打若しくは晝寢をやつて居る、隨分大阪邊りでは晝寢はお好きださうである、元來碁なんぞといふものは或る場合には決して絕對的に反對はしませんけれどもこれがために體育以外に隨分よくないこともある、私の知つて居る家で亭主が餘り碁に熱心であつて終に夫婦が不和になつて離緣になつたといふ話がありますが、夫は先づ十二時頃になると妻君がチャンと御膳を拵へて待て居る、亭主はソンナことにはお構ひなしで一時間經ふが二時間經ふが夢中になつて碁をやつて居る、また妻君がやう〳〵のことで立派な着物を拵へて亭主に着せると何時の間にか煙草の火を落して穴を明る、さういふ風で夢中になつて毎日〳〵仕事もせずに碁を打つて居る、そこで妻君の方ではドウモカウいふ亭主に付いて居つ

ては末の見込がないといふので遂に夫婦別れをしたといふ話である、これは何も棊は私がやらないから反對するといふ譯ではないが、敎師は成るたけさういふことは止めて日曜日などには山遊びとか川遊びとか、その他散歩をするとか身體のためにもなるし、生徒の手本にもなるから左右やつて貰いたいのてございます、それを暇があれば晝寢をする棊を打つ將棊に耽るといふやうな有樣である、一體世の中て體育を重じないから止を得ないのでございますが、學校でも體操の敎員は誠に俸給が少い、のみならずその地位も一番低い何時も末席に居らなければならん、從て體操敎員の權力が輕いのであるから生徒まで體操の先生を輕蔑して體操を重んじない、敎員の方でもまた從て熱心に授業もせず可い加減なことをして置く、ソンナ風であるから體操の効といふものは甚だ乏い否少しもないといつて宜しい、我體育會はこの間に立つて體育の事業を普及し着々その歩を進めてやつてをるのでございますが、國庫から多少の補助を貰つてをるけれども何しろ全體が僅かの經濟であるからやりたいと思ふことも充分やれない、これも矢張國家が充分に國民の體育に重きを置いて居らん證據であらうと思ひます、尤も以前には文部省中に體操傳習所があつたけれども只今てはなくなつて體操敎師養成の事は高等師範學校の附屬物となつてヰサラテウといふやうなものになつてしまつて居る、一向コンナことでは仕方がない、必要なものであると認めたならばドシ／＼金を使つて宜い敎員を作りこれに相應な待遇を與へるといふことが肝要と思ひます、故に私は官立體操學校を再興し體操敎師の待遇を進め國民の體格を改善することは目下の急務なりと信じます、

その次は我日本婦人の虚弱といふことでございますが、これが我日本人の弱いといふ原因の一てあらうと思ひます、元來健康といふことは男女の區別なく必要てあるは無論てありますが、特に女子は小供を生むものであるから一層健康てなければならん、故

の御承知の「スパルター」に於いて「クルグス」が申しましたには「將來の人民の幸福は健康なる母の腹に藏す」とかういふことがある、これは私は餘程嘉言であらうと思ひます、而して將來の人民の幸福は健康なる母の腹に藏す、と云ふ言は何國にも適するこの言といふものは殊に今日の場合我國民の一日も忘るべからざる金言であると私は信じて居ります、この金言の如くドウしても將來我日本國の人民をして活潑なるよい人間とならしめやうと思へば、先づ一方に婦人の健康を進めねばならぬ、この人間の弱い、弱いのみならず段々惡るくなるといふ原因は何であるかといへば、婦人の虛弱なことが第一の原因である、日本の婦人は歐羅巴諸國の婦人に比して體格が非常に惡いことは前にも一寸申して置きましたが男子より一層甚しい、身長が九寸七分小さい目方が三貫目輕い、男子と比較して見れば一層惡い向ふの女子は活潑が宜しいが日本の女子は甚だ惡い、これに就てはいろ〳〵原因があらうと思ひますが、その中重なる原因を擧げますれば日本女子の弱い原因といふのは兎角我國の婦人は仕事をすることを好まぬ、只ブラ〳〵として人に用をさせてをるのを自慢して居る、娘でも奥樣でも皆さういふ風に總て働くといふことを成るたけ避けて、餘り働くというと足が太るとか手が太つて往けないとかいつて野菜や魚などまで成る丈家に据つて居つて買ふといふやうで、近年段々右樣の奥樣が段々殖へて、誠に安い價値のない奥樣が澤山出來て來た、昔は却々資産のある所のお内室さんでも奥樣のやうな風はチットもして居らなかつたものが今日では月給の二十圓も取る人の細君が奥樣然としてソンナ人が下女など使つて自分の用を何にもかもさせて自分は何にもせずにブラ〳〵して遊んで居る、さういふやうな安い奥樣が近來非常に殖へて來て働くことを厭つて人を多く使ふことを自慢にして居るといふ風であるから益〻體格が惡くなるばかりで善くならない、或る人が面白い調べをしたことがありますが、これは確實と

いふ譯ではありませんが、下女のことです東京邊りで極く忙しい家に奉公して居る下女一日にドノ位の働をするものであらうかと調べて見ると、通常忙しい家の下女で一日に日本の里數で七里歩く位の働をする、だからこれ等の下女は七里位の道なれば平氣なもので歩くことが出來るがそれ以上八九里の道となると疲れる、また茶屋の女はドノ位働くかといふに一日の内に二階へ上つたり降りたりする里數が凡そ十二里位であるそれで茶屋の女は十二里位まで歩かして見ても別に苦しまなくて歩くことが出來る、さういふやうな譯でさういふ所に居る下女などは體格が皆宜しい、これを以て見てもさういふ風に働きさへすれば皆體がよくなる、丈夫になつて來るに疑ない、西洋の婦人は人の細君になつたものは皆午前の中は充分働く、だから着物も粗末なものを着て午后のやうに奇麗なものは着て居ない、午前の中は一人又は家に雇つてある下女と一所になつてセツセと働いて居る、さうしてその日に必要なる所の肉類とか野菜類とかは皆自分に出て行つて買つて來るさうするから美味いものを食べることも出來れば一方では經濟でもあり一方では身體が丈夫になる、また他の人を訪問するにも午后にやる、一般にさういふ風であるから向ふからも來ない、午前中に細君の所へお客様があるなんといふことは滅多にない、それで西洋の婦人は午前中は家に居つて働くことに極つてをる、先達も或る西洋人が日本の內地を巡廻して自分の國へ歸つた時の報告書の中にかういふことが書いてあつた「日本の女は殊に丈が低く同時に大抵虚弱である血色の活々した肥えた女は見ることが出來ない從つて日本の小供は小さくして弱い且つ不活潑である」とかういふことが書いてある、これ或る獨逸人が日本へ來て取調べた報告書の中に書いてあることであるが實に能く實際に當た報告書である、これを見た以上は如何に睡つて居る日本人と雖奮勵一番してこれを恢復するの途を講じなければならん、然るに日本の有様はドウてあるか、當大阪邊

りても隨分理屈の解らんおつ母さんがある、譬へていへば自分の娘が段々大きくなつて嫁に行かんならん年頃になる、ドウモ餘り太つてよくないさう太つて嫁に貰い人が少くなつては困るからこれから飯を一杯づゝ位減らしてチト痩せるがよいなどと無理なことを云つたり、または色が黒くなると嫁入に差支へて困るから晝間は成るたけ外へ出ないやうにして夜分ばかり出るがよいといふやうな至つて譯の解らんおつ母さんも先達中までは澤山あつたやうに聞いて居りますが、我々の健康を保つ爲めに必要缺く可からざる太陽の光線に成る可く當らないやうにして夜分だけ出よといふやうなお母さんが日本にもある中は到底婦人の身體を丈夫にするといふことは六ケしい、否さういふおつ母さんがあつては決して健全なるものが出來るといふことはないと思ひます、要するに日本の婦人を丈夫にするには努めて運動するといふことを奬勵し宜しき方法を考へねばならぬ、それて成る可く輕い着物を着るやうにして日本固有の襲着などいふことを廢めさせる工夫をせねばならぬ、日本のやうに二枚も三枚も着物を襲着するといふやうな所は決して他の國にはない、又長袖といふものも廢めさせねばならん、一體袖などいふものは決して用らないものである、一寸考へると、アノ袖を切つてしまうといふと何だか見つともないやうに思ふが決してさうでない、今の所では婦人の着物の袖といふものは長くなるとも短くなるといふことはない實に不必要なものであつて經濟上からいつても大層な違ひてある、日本人の衣服の袂を切るといふと一年に二三百万圓といふ多額の金額を倹約することが出來る計算になるといふことを調べた人があるが、兎に角袂を止してしまへば經濟になるには相違ないのみならず袂がなければ活潑な働が出來るといふことも確かな事實であるからドウしても袂や重ね着をすることは癈めにして成るたけ輕い着物を着て働くといふ習慣を養成しなければならぬ、これ等に就ては女子ばかりではない男子にも罪はあ

る、ドウも日本の男子は矢張色の白い痩せた婦人を好むといふ風がありますから、從つて婦人の方でも成るたけ色の黑くならぬやう、身體の太らぬやうに努める、だから遂に働くことを厭つたり、成る丈太陽の光線に當らない工夫をする、かういふことは先づ男子の方から改めなければならん、勿論西洋でも男子が色の黑い女を好むといふとはないけれども、青白いやうな女は大變厭ふといふ風で、兎に角身體が太つて丈夫なものでなければ嫁に貰ふ人が少いのであるから、西洋の婦人は始終身體の太るやうに丈夫になるやうに工風するから一般に身體は太つて丈夫である、私の居つた伯林の下宿屋の內室さんなんぞも却々丈夫な人でありましたが總て向ふでは平常長くそこに居つたものが國へでも歸るとて別れる時になると隨分强く手を握るものです故に我は日本に歸るとき右の女に手を握られて痛くて困た事がある、實に西洋の婦人は腕力も强いそれだけ身體も丈夫な道理である、總ての女がさういふやうな風であつてその代り手も太り足も太つて日本で申したら先づ相撲取のやうな良い身體である、で向ふの婦人に貴孃は誠に良い身體である相撲取のやうであるといへば大變喜んで居る、所が日本の女にソンナことをいつたならば大變だ非常に怒られてしまう、ドウしても日本婦人は肥へることを厭つて痩せることを望んで居る、ソンナ風では到底女子の健康を望むと言ふことは出來ない、これは日本男子をして餘程注意して貰はんければならん、唯女子ばかりでない男子の方でも充分注意せねばなりますまい、偖西洋人と比べると何れの點から申しましても日本人の身體は弱い譬へて見れば日本人二人で外國の水夫の暴れた奴一人をやつと取押へることが出來る、また工業においても日本人は西洋人に比して三分の二だけしか仕事が出來ない三分の一だけは他の人に補つて貰はんければならぬ、と言ふ有樣で體格が惡いからドノ點から言つても西洋人と競爭と言ふことは出來ない、それには種々の原因がありましようが第一丈夫

な婦人を作ると言ふことは最も必要なることてありませう、モウ一つの原因は社會の風俗である、この社會の風俗に就てはいろ〳〵と研究もしてお話しすることもありますが、先づ只今極く要領のみを申上げて置きまするが、前にも申しました通り日本人の衣服が甚だよくない第一優長な衣服である、西洋には御承知の通り安樂椅子といふがあつて仕事を終りたる後その安樂椅子に腰をかけて少し仰向きになつて樂をする、日本の服は先づ云はゞ安樂服とでもいふやうな優良な服であつて、之を年中着て居る、支那人の服でも貴下方の御承知の通り西洋服に近いから活潑な働も出來從て身體も丈夫である、支那の或る部分に於ては西洋人と同じだけの寸尺を持つて居るのである、然るに日本の衣服は仕事には甚だ不便であつて且つ身體の發育のためによくないから、日本服の改良どいふことは餘程必要なることであらうと思ふ、これ等は今の所では段々女學校などても靴を穿くやうになりましたが、これも

只學校へ行つて居る時穿くのみて家へ歸ると直き脱いでしまう、一躰衣服の改良といふことは家屋の構造に大なる關係を持て居ることであるから却々改良といふことは六ケしい、而して男子で洋服を着て居る人でも會社か或は役所から家へ戻つて來ると直ぐ和服に着かへる、さういふ風であるからして衣服の改良の必要は獨り女子のみならず男子においてもこれを改良しなければならぬと思ふのですが、これは却々六ケしいことで、私共も多少考案はあるけれどもドウも家屋の構造に伴つて改正をしなければならぬことであるから却々困難なことである併し乍ら困難であるといつて打つ棄つて置くことも出來ませんから充分この衣服の改良といふことにお考を願ひたい、それから家屋の方も改良しなければならない、私等の考では金さへあれば西洋風にやつた方が餘程よいと思ふ、西洋風の住居は單純であつて極くよい、併乍ら我國の有樣では種々の點からしてこれは出來ないのてあります、併し大阪や京都邊り

の家屋はズッと以前よりの習慣でもありませうが東京邊りの家屋から見ると餘程闇く出來て居る座敷などでも暗く出來て居るやうに思はれるがこれ等はドウも餘りよくない、せめて光線だけでも明るく取れるやうにしなければならぬ、また大阪邊りでは足袋屋でも菓子屋でもその外總ての商賣屋は大抵皆坐つて居つて商賣をして居る、かういふことは身體のためドウもよくないことで、併し家屋全體を椅子にしてしまうといふことは出來ないけれども、少くとも立つて仕事をするとか腰掛けて居つて仕事をするといふ位の改良は出來ないことはないと思ふ、さういふやうな點に就て注意して改良を加へて行つたならば餘程身體のために違ひが起つて來るだらうと思ひます、その次ぎの問題、これが實に大切な問題で即ち我々の日々の食物です、この食物と言ふ問題は餘程考へなければならない、併乍らドウモこれを考へると言ふても何分我國の民度が進んで居らんから仕方がない、仕方がないといへば仕方がないがその積りて注意すれば多少仕方がないでもない、西洋でも物價は却々高い譬へば下宿をするにも日本では拾圓位で下宿が出來るが、西洋では一ヶ月の下宿にドウしても六七十圓は要る私は八十圓の下宿に居りましたが、西洋ではその位拂つて行かんならんに無理はない、ドウいふ生活をするかといふに矢張西洋のことであるから三度とも洋食である、日本でもアノ位の生活をすれば矢張同じ位費る、兎に角西洋ではさういふ生活をすることは一般になつてをるが、日本てはドウであるか、日本はまだ一體に民度が低いからさういふ風には行かない、大阪博覧會に就て私は或る統計を見て驚いた、博覧會には種々統計上の取調書が出て居りましたが全國四十三縣下に就て人民の生活の程度を示した統計があつたが平均一戸一ケ年の收入二百圓程である、さうして一戸に幾人居るかといふと先づ五人と積つて見て一人の生活費が一ヶ年四十圓である、これを一日に割つて見るとザツト十錢である、それで着物を着、家にも住み、飯

も食はなければならぬから十錢の内食料費だけがドノ位に當るかと言ふと先づ六錢である即ち一度の飯代が二錢宛てある、ソンナことゝては迚も仕方がない、一度に二錢やソコラの食物で居るとして見れば我國の人間のよくならぬのも當り前のことゝ思はれますだからドウしても我國の人間は出來得るだけ儉約して無益の費を有益の費に移しさうして可成丈滋養品を食つて充分に運動し身體の發育を計り、健康に害を及すやうなものはこれを斥けて行つたならば自然に身體は丈夫になる、身體が丈夫になれば從つて收入も多くなる、收入が多くなれば美味いものも食へるといふやうな具合になる、西洋では極く下等社會は別として英吉利人など一般に肉を食うから段々體量が殖へて來るこれに伴つて總ての部分も均齊に發育して年々人間がよくなつて來る、これを以て見てもドウしても滋養分を食うことをしなければならぬ、近來我國では勤儉貯蓄といふ説が出て大分行はれるやうになつた、これは私も贊成でありますが併し只節儉々々といふよりも寧ろ無益の費用を節して有益のことに使うといふことにしたいと思ひます、伊太利の經濟學者の申した言葉に感心な言葉がある即ちかういふ言葉である「錢があらば銀行に貯蓄せず腹に貯蓄せよ、胃の腑に貯蓄するは銀行中最も肝要なる銀行に貯藏するのだ」と云た是は金があるならば銀行なんぞへは積まずにモウ少し美味いものを食うて丈夫な身體になるがよい、さうして活潑な働をするがよいといふことである、私共も銀行に貯蓄するといふことは不贊成ではないそれもせねばならんことであるが、この今の伊太利人の言葉も特に味はねばならぬ言葉であると思ひます、それからして日本人は兎角に外見といふことに重きを置く風がありまして用もないのに車に乘つて歩くとか立派な着物を着て外へ出たがるといふ癖がある、人力車といふものは目下の交通機關として必要缺く可からざるものには相違ないが東京には四万、大阪には二万からの車夫が居る、隨分二万からの車夫が大阪

に居つて少くとも一人に就て一ヶ月に十五圓づゝの收入があるものとすれば却々大變な勘定になるもので一年に三百六七十万圓といふ大金を車夫のために拂ふといふやうなことになつて居る、また大阪では殊に衣服を飾られるといふ風がある婦人などは平生でも却々立派にして居られる東京の車夫と大阪の車夫と比べて見ると東京の車夫は取つたものは皆食つたり飲んだりしてしまう、大阪の車夫は却々さうでない車夫の小供でも縮緬の着物の一つや二つ持つて居らんものはない位だ、その代り可いこともある現に先月同盟罷業をした時などは自分の小供の着物を質に入れてそれで二日や三日休んだつて凌げるといふやうな都合のよいこともある、東京の車夫はさういふことのない代りコチラの車夫などに比べて見ると食物などは却々宜しい、大阪は大體食物よりも着物に重きを置かれる所であつて、殊に婦人などの着物は東京より餘程立派である、また餘程大阪の婦人は着物を大事にせられる、一寸料理屋へ行つて坐つて居る時でも失禮ですけれどもといつて直ぐ尻を捲くつて着物の汚れないやうにする、人力車に乘つてもその通り、船に乘つてもその通りに注意して着物を大事にする、然るに大阪にては立派なお方でも下駄には餘り頓着しない人があるその結果家などは往々不潔でも構はんといふやうな風があるやうに見受けられますが、家は充分注意して不潔にしないやうにせんければなりません、着物が少々惡くても宜しいから矢張美味いものを食べ、滋養分に富んでをるものを食うとが大切である、大阪の食道樂といふことを昔からいひますから、大阪は食物に注意して居るかといふにさうでない大阪の食道樂は無闇に駄菓子などを食べる食道樂のやうに思はれる從つて駄菓子の製造高も却々多いやうである、大阪の食道樂は駄菓子の食道樂で實に不規率極まつて居る、歐羅巴邊りでは總て一定の規率があつて汽車中などでも歐羅巴人は滅多に食といふとはない、即ち間食するといふやうなとはない、その他總ての規率が確りして

居つて寢る時は寢る起る時は起る、仕事をする時は仕事をするさういふ點に至つては實に感心に規率が正しい、これに引換へて日本人はドウモ不規率至極て汽車に乘つても何時も口を動かして居る、酢を食うとか、菓子を食つて居るか必ず間食をして居る、それは日本の食物は滋養が少いから飯を食つても直に腹が空くから間食もしなければならんかも知らんが、兎に角さういふ不規率なことはよくない、時間を正しく規率を確かり守るといふことは身體を健全にする本てあるから、是非規率を守るやうにしなければならん、又日本人は一般に怠惰てある、日本は即ち安樂國てある、外國に比べて見れば身體の上からいつてもまた經濟上からいつても宜しくない日本人が、加之に怠惰てあつては仕方がない、總て怠惰るといふやうなことがイクラか日本人の天性になつて居るので、西洋人などは一寸停車場へ行つても汽車が出ないといつてソコにヅッと据つて居るやうなことはない、その邊をブラ／＼して少しの暇ても運動して居る、日本人はさうでない、だから西洋の停車場から見ると日本の停車場は腰掛が餘程餘計いる、これも婦人の外腰掛ることは出來ぬといふやうにしたらよからうけれどもさうも行かないが、日本人は少しでも間があると直に腰掛るといふ風がある、この怠惰るといふことが極く惡い、若しも怠惰といふことに就て今度博覽會若しくは共進會が開かれたならば日本人は名譽金牌は貰へないまでも名譽銀牌は乾度貰ふ事が出來る、金牌を貰ふ程の怠惰の人間は無論朝鮮人で、一等賞を貰ふのは西班牙人位てあり獨逸人、英國人などは賞與は貰へぬ方てある、かういふことでは一等賞や名譽金銀牌は貰はぬ方がよいが、兎に角怠惰は日本人の天性のやうになつて居る、まだこの外に申上げたいことはありますが要するにこの點に就て、社會の改良といふことに就て、從來の俗にいふ隱居主義、籠城主義、引込み主義といふやうなことは一掃してしまつてこの社會において體育上惡いといふ事は悉くこれを除くといふ工

夫をしなければならぬ、まだ段々申上げたい事も澤山ありますが、さういふ風にして體格が段々丈夫になればこれが基礎となつて終に日本人が東洋の覇權を握るといふことは六ケしいことはないと思ひます、詰りこの三の點、即ち教育法を改良をすること、婦女子を強くすること社會の風俗を改良すること、この三の點に就て充分改良を加へたならば、決して先刻申上げた計算のやうに二百五十年の後には日本人は消へてなくなつてしまうといふやうなことはないのでありますから、またないやうに無論希望するのでありますから、私共はこの三の點において充分改良を加へなければならぬと思ひます、今日御來會の諸氏は私等の詰らん演說をお聞きになつてお感じになつたことがあれば是非とも我々と共にこれを實行して、體格の健全を計り一日も早く西洋人と競爭の出來るやうにいたされんことを諸君に願つて置きますする。

高崎支會講話

◉冬の寢室

横井軍醫講話摘要　高崎、すみれ子

横井先生は大日本婦人衛生會高崎支會設立の發起人にして現に同會特別賛成員なり高崎支會が今日此く隆盛に趣き衛生志想の婦人社會に高まりしは實に同先生の賜にして先生公務の餘暇鋭意會のために勉められ先生の衛生會か衛生會の先生かとは會員間の評なり先生の令夫人昇子の君もまた熱心に會のために盡され幹事にして會計主任の勞をとらる

本講話は明くれば去年十二月の納會に横井軍醫の講話せられしものにて、すみれ女史の記憶に存せるものを書き綴り寄送せられたるものなりといふ

本會も本日の例會を以て本年の納會といたします事て、其納會の席上を汚しまして自分はこゝに掲げました「冬の寢室」と申す題で少しばかり自分の實驗上の御話しをいたします、サテ人間は眠ると云ふ事あればこそ生長もし又有ゆる困苦に堪へ仕事も出來

るのであります、身體を勞し精神を疲らす時には必ず眠りを催す、此れ天然自然の作用にして眠りの間に其體力なり元氣なりを回復するのであります、嬰兒はよく眠りて發育成長す、もし永く眠りを廢する時は其結果は如何、疲勞困憊の極死の不幸に陷るならん、又病人にしても此の眠ると云ふ事はいとも大切にして醫師は勉めて安靜に眠らし、此の睡眠中に自然に病勢を挫がんと計ります、此くの如く眠りは大切の事で吾人は一生涯少くとも三分の一は眠りて暮す樣なわけて、今六十歳を以て死亡せし人ありとすれば四十年は起きて働き二十年は眠て暮らしたのである、眠る時には虛心平氣一切の思考を去り所謂快眠をなすべく勉めねばならぬ、昔の聖人の敎へにも寢るに言はずと申してあるよく寢てから色々の事を考へたり寢物語とかをする人があるが甚だよくない、此くの如き人は快眠の狀態に入る事能はず眠りても充分に眠られずしてツイ夢を見る、起きても何となくボンヤリして居る、一體吾人の快眠時には輕き腦貧血を來すものである、悉く申せば腦内の血液を多く外の方に注ぎ腦の負擔を輕くしてやらねば腦神は安靜に休息する事ができませぬ、かく内部の血液を外の方へ注ぎ出すには皮膚を溫めて其血管の擴張を謀らねばなりませぬ、此れをなすにも先づ寢室から衞生上の注意を要します

衞生に適すべき冬の寢室は淸潔にして廣く攝氏寒暖計にて十七度内外華氏寒暖計にて六十三四度の溫度を保ち閑靜にして且つ室内の空氣純良に乾燥せねばなりません、日中は東南の日光を受けて濕氣、蒸氣及び臭氣を發する場所から隔たらん事が必要であります、寢室内にて小兒の襦袢類を乾し或は不潔なる衣服の類を藏め置くは甚だよろしからず、まして飮食物を室内に入れ置く抔は絶對的に禁ぜねばなりませぬ特に寢室内に花樹芳枝を置く事は尤も避けねばならぬ、段々正月も近づくにつれ寢室を以て溫室と同一視し鉢植の梅樹抔を入れて蕾の膨くれるを樂みに眺める人は蕾の膨くれる程自己の衞生が害せら

れつゝあるを知らぬのであります、又寢室內に行燈、洋燈、若くは蠟燭を點じて眠る人がある是れも燃燒の際に發する瓦斯のために空氣を汚しよくありませんから寢室は勉めて燈火を滅して暗くして眠る樣にしたし、此くする時は衛生上は勿論經濟上にも點火の費を省き且つ一朝地震其他の天災に際しても失火の心配なし、又盜賊の話なりとてアル人の話しを聞くに、夜間燈火を點じある家に忍び入るは燈火を點ぜぬ家に忍び入るより容易との事である、恐らくは戶の節孔抔より家內の樣子を認めうるからでありましよう、尙ほ小兒をして暗室に眠らす習慣を幼よりつけ置けば物事に恐れる所謂臆病になるを防ぎますが、常に自己の家にて燈火をつけて眠る習慣があればタマに他家に宿泊せし場合に燈火がなくては眠る事出來ずして泣き出す、すると忽ち平素の家庭敎育の程も人に知られ思はぬ所て思はぬ恥をかきますから平素より暗室に眠らす樣になさるがよろしい、又世間には猫犬抔を寢室に伴ひ寢かす人がありますが此れもよくありません、猫は家內に放ちて鼠を捕へしめ犬は戶外に追ふて盜に備へしむる等夫々彼等の天職につかしむるが必要と思ひます

前にお話申した程度に寢室の溫を採りますには蒸氣管を室內に導き若くは煙筒を付したる暖爐を使用すれば結構至極なれども、今日吾人の多くの住居の造り方では此等を使用する事が出來かねます、近頃室內ストーブ抔と稱し煙筒を要せずして有害の瓦斯を室內に瀰散せしめぬ樣に構造してあると新聞紙の廣告にありますが、未だ實物を拜見しませぬから何んとも申上かねますが寢室內を溫むるに盛んに火鉢に火を入れるはよろしくありません、寢室は勉めて密閉し戶障子の破れより風の入らぬ樣にしましてもどことなく隙間より風がはいり所謂室の內外の空氣を交通して自然と衛生上天然の換氣を行ひます、そこて身體の溫度は室其ものよりも襯衣、臥褥、被衾、褥布等より直接に保護を受くる樣にしたい、しからば即ち寢室に於て直接に身體の溫を保つべき夜具類

は衞生上如何なるものを使用して可なるやとのお話しに移ります、前にお話せし如く吾人快眠時には皮膚を温めて血管の擴張を謀り、出て以て腦內の血脉を外圍に注がしむる樣にせねばなりませんから晝間の衣服よりも温暖の衣具を用ひねばなりませぬ又夜具にして冷を覺ゆる間即ち寒い〳〵と思ふ間はよく熟睡する事ができませぬ何故と申せば寒氣のために皮膚の血管は收縮して血脉は多く內部に湊まり、從て腦の負擔を輕くする事ができませぬから腦は安息する事がなりません、又睡眠中吾人の新陳代謝機能は著しく減退し體温の發生が少い故に温暖の夜具を用ゐねばならぬ、さなくば此際寒冒に罹る又睡眠中は體温の發生少きのみならず體温を失ひ易いから夜具は充分に温かなるものを撰ばねばなりませぬ
衞生學者の諺に被服は移動性の家屋にして家屋は固定性の被服と申しますから、家屋即ち寢室の不備は被服即ち寢具にて補はねばなりませぬ、サテ其の寢具は如何なるものが宜いかと云ふに、硬きものや重きものは惡い、さればとて絹布は宜しくありませぬ、毛織物や木綿の類が宜しいです、なぜなれば温暖を能く保たんとするには身體の周圍に多くの氣層を蓄へねばならぬ、故に被服の本性は其質軟かく織目多くして能く空氣を蓄ふるもの即ち洗濯の時能く水を吸收するものがよい、夫故毛織物では毛布や「フランネル」が宜しい、木綿にても糊をべつたりつけたるものや金巾類は惡く、綿ネルや紋巴が宜いのです、又臥褥は殊に厚くして軟かなる物が宜し、故に藁か鳥の羽毛をどつさり入るゝか、左なくば厚き綿蒲團の上に毛布を敷くがよい、夜着、被衾の間にも毛布を容るゝが宜しい、夫から寢衣も寢具も汗や皮脂や變敗瓦斯に汚染され、織目の氣孔を塞ぐが故に度々洗濯が必要ですされど蒲團や毛布を左樣に容易に洗濯は出來ぬから、汚染の早く知れ易き白色の上被と褥布を用て之を度々洗濯するが宜い、洗濯の時は能く垢を落すはよいが餘り糊をつけて大事の氣孔を閉塞ではいけませぬ、又寢具は一週間に二度以上づゝ

能く日光に曝乾がよい、さすれば濕氣や惡氣は取れて且つ空氣を含み、大抵の細菌は死滅し（日光消毒）おまけに綿花は膨脹して彈力を增し保存も能くなり大に經濟にも利益てす

寢衣も必要であり腹卷腰卷も必要です、睡眠間は前にも申す通り身體機能の休業中ではありますが、呼吸や血の循環は矢張り働いて居ります、胃や腸も相應の夜業を爲して居りますから胸も腹も一層保護をしてやらねばならぬ、夫故に寢衣は成る丈け緊迫を加へぬ樣に寬やかにしてしかも胸部を開けぬ樣に御用心あれ、いかに寒しとて晝着の儘のまるねとか上着は脫ぎてもかんじんの肌着シャツを其儘に幾日も晝夜勤續は甚だ惡いです、サテその着更の時が一寸寒いがこれは僅に辛抱すればすぐ淸々して良い心持になるものです、私が先年嚴冬の眞夜半に或る村落を通過たる時裸體の人が平氣で屋外に放尿し居るを見て、同行の車夫にあの勇氣はドーダと云て驚きました、然るに車夫は笑てナニ此邊は皆なあの通てす屋外に出た時に寒いがその代り夜具に入りし時の暖かい愉快はまた格別てすからネーと申しました、滑稽じみて居りますれど事實です故に前回も秋田さんのお話の通り、お若い方は晝の着物をズポリと脫ぎ捨て冷い寢衣とお更を望みます、併し虛弱な人や御老人や子供衆は溫めて宜し、學齡期の方は嚴寒の夜などは腕押し體操などをなして其勢に乘じ着更るも一法と思ひます、或貧乏人が寒夜に蒲團を着るとて大石を抱き力持をなして寢たとの昔話が有ります、御婦人方にはチト適しませぬが御參考までに申し上げて置きます

寢る前は飮食するは惡い、これは唯に腹內の夜業を苦しむるばかりてなく夢を見たり安眠を妨げます、左りとて寒夜に餘り空腹を忍ぶも宜くない、其時は溫牛乳とか卵湯や葛湯などを召あがるがよい、哺乳兒には夜乳とて殊更必要てす

少し尾籠なお話てすが小便は必ず寢る前に排泄て置くがよい、若しまた寢た後に尿意起らば愚圖〳〵せ

ずに速かに用便して早く安眠するが宜しい或る道歌に「寒き夜に勇氣を出して身を捨てゝ小便したるあとの寢心」とか實に左樣です（以下次號）

寄書

●肺病増加原因

醫學士　竹中成憲

肺病の病毒は肺病患者の「痰」の中に在り彼れ等は「寢汗」と稱し眠るときは誠にいやらしき汗を發するも此汗は無毒なりとす、ゆへに「痰」の始末を嚴重に爲すときは肺病は蔓延する事なし然るに吾人は日常

▲〔往來〕に痰を咯出し其痰は風塵に混じて飛散しつゝあり屋内にありても

▲〔土間〕には遠慮なく痰を爲しつゝありて其人々の中には肺病患者もある以上は其危險なる事言を俟たず予は今日の我所謂

▲〔西洋造〕は頗る危險なりと信ず官衙、學校、會社いやしくも西洋造なるときは廊下、板の間に痰をなしありて其「窓」は床板より數尺高さを常とするがゆへに日本風の座敷の如く掃き出す事六ケ敷塵埃常に室内に滯りがちなりとす殊に多くは「土足」にて昇降するがゆゑに道路の塵埃も亦た室内に運搬され掃除の際は是等の不潔物は空氣中に飛散して卓子の上に沈澱し此卓子に向て毎日數時間事務を執り又は勉強し此卓子の上に晝辨當をつかうとすれば其危險如何ばかりなるべき是れ官吏、教員、會社員に肺病患者増加するの原因なり（辨當箱テーブルの上に來るまでは土足の土間に置きあり）

▲〔人力車〕〔馬車〕〔汽車〕に乗るもの携帶品（カバン、風呂敷包）等は之を己の履物（靴、下駄）の周圍に置くを例とす故に携帶品の底部には街路の土埃の附着しあるは明なり然るに此手荷物は旅宿（又は住宅）に着するや否や其儘直ちに床の間の上に運ばる

其床の間には茶道具もあり菓子もあり膳も時として玆に客を待ちつゝあり飲食物と街路の塵埃は同居する事となるなり

▲［疊］亦た清潔なるものにあらず土足にては昇らざるも不潔なる場所を歩行したるもの其足又は足袋を拭ふ事なく疊の上を歩行するは事實なり若其家に肺病患者にてもありたらむには患者の咳嗽、痰吐の不取締の爲め結核菌（肺病の蟲）はその上に散在するは言ふを俟たず而して此上に飲食を爲し又眠るの豈感染の危險なしとせんや

▲［流し］臺所の「流」しは頗る危險なり家族のもの毎朝此所にて口を洗ひ痰を爲すものあり其中には肺患者たる事を自身知らずして痰するものあるべし而して此「流し」に於ては生にて食すべき野菜を洗ひ「さしみ」を作り知らず識らず病毒を飲食に混ずる事あるべし

▲［風呂屋の板の間］亦頗る危險なり警察の注意あるに係はらず此板の間に痰を爲すものあり而して吾人は此の板の上に肛門を密着せしめて坐しつゝあり若し其痰をして肺病患者の痰ならしめば病毒は肛門周圍の常に眼に見へざるほどの創面は絶ゆる事なき部に竄入すべし是れ「痔瘻」の原因なり女子は男子と異り床板と肛門の間に己の足を挿入して坐するを以て多少此危險を免がれつゝあり

因に記す「痔瘻は」肛門の肺病なり俗に「痔の療治を爲して肺病になるといふ」肺病と痔と相關係するは學問上事實なり

（以下次號）

反古うら

●婦人の職業疾患に就きて

（前々號の續き）

醫學士　愚哉生　譯

其他同じ樣な病氣を鏡製造場の工女達が起すが、之は水銀の中毒なので、なか〳〵に重い病氣だ、また

砒素中毒と同じ病氣に、燐中毒と云つて上顎の骨膜や骨の病を起すのがある、此病氣は元は「マッチ」の製造所に多かつたが、今は大分減じて來た之は昔は多分危險な白色の燐を用ゐて「マッチ」を作つたからだらう、今ては之に反して無害な赤色燐を用ゐるのと、また一つには、「マッチ」の原料の製造を密閉した場處でやつてしまつて、工女達の働く所には其燐の蒸氣がゆかないようにしたのと、工女達が工場内で飲み食いをしない樣にしたからであらう、併し其原因の内には、確しかに工場内の空氣をよく交換させる事が關係してゐる、

室内の空氣の交換といへば、此換氣をよくする事は、呼吸器の疾病即肺病などの豫防には一番いゝ事であつて、此目的に向つて、多くの工場では工女達の呼吸をよくさせる爲に充分の換氣法が具へられてある、之は仕事の間にたつ塵埃をなるべく戸外に出してしまつて、工女の吸ひ込まない樣にするので、塵埃を吸ふのは呼吸器の病を起させる最も重い原因となるからである。

だから八ヶましい工場では、塵埃のたんとたつ折には時々休憩時を作つて、其間に床や、壁や、窓や、窓かけを雜巾でぬぐふ事をさせるし、また仕事の間に手指についた有害の塵埃は成る可くよく水で洗はせる、殊にどこでも八ヶましく云つてもらいたいのは食事の前に手、指を淸く洗らはせる事で、手についてゐるきたないものを、食物、飲み物と一緒に口に內造らせたくない爲だ、

其他常に溫かい所で働いてゐる者、例へば給仕女や料理人などは、皮膚がよわくだん／＼なつてくるから、ぢきに寒冒や「リヨーマチス」にかゝりやすくなるし、いつも料理の製造に從事してゐるものは、熱いものを急いで御毒味をする事などが原因となつて、胃潰瘍と云ふ胃へ孔のあく恐ろしい病を起してくるしまたあまりに砂糖をたんと味ふ爲に歯がだいなしになつてくる、

睡眠の必要な事もみなさん御承知だらうが、たれか

は食物よりも、睡眠の方が人間には必要だと云つてゐる、また實際動物などは斷食をやつても二週や三週間位は犬なぞは生きてゐるが、睡眠をさまだけてをく二三日てなくなつてしまう、此睡眠の不足の爲に長命の出來なくなる職業は、料理家の女中や宿屋の女中などである、

かくの如く婦人の職業に關する疾患を數へ出したらなかく\に限りがない、どうか此點に向つては、みなさんと一致して豫防規則を設けたいものだ(了)



衛生雜話

●小學生徒を持てる母親の爲めに

醫學士　石原喜久太郎

此間獨逸の雜誌を讀みましたのに、其内に學校に通う小兒をして呼吸器の強壯を謀らしむる爲めに數條の規則を立てゝあるのを見付けました、事新らしきものにはあらねど、世の母たるお方々は平素兒童の敎訓の爲めにお心得になりて、兒童をして習慣的に身體強壯の方法を會得せしむるやう、お務めを願度其訓話の材料として此處に譯載致します、尤も、向うと、こちらと、家屋の構造其他が相異ッてゐます爲めに、私が改竄た處があります、

一、呼吸は口を塞いで鼻て爲さい

二、塵埃の立ッた空氣や惡臭のある空氣はなるべく吸はないやうに用心すること、そんな空氣のなかては「ハンケチ」か袖て鼻を被ふて呼吸をすること、

三、痰と云ふものは不潔ものですから、家の內ては決して咯き出してはなりません、外ては溝のなかに咯くやうにせんければなりません、それから家の內てならば塵紙をあげておきますから痰や、鼻汁は其のなかに、かむのですよ、あとて母にお渡しなさい(母は之を便

所に投棄すること）

四、學校に參ッてゐて、休憩時間には運動場へ出て、充分活潑に運動をなさへ

五、朝起きれば直に水でお口を嗽ぎ、また食事のあとゝ、晩にお寢の前にも水で含嗽をなさへ

六、机に向ッてお稽古をする時、例へば讀書を爲し、習字をなし、畫をかく等には何時でも、身躰を眞直にしてゐなければなりません、前に屈んだり、横に曲ッたりしてはなりません、何時でも胸と、お腹とは押し付けないやうになさへ、

七、お稽古やお復習が濟めば、外に出てゝ走ッたり、飛びッこをしたり、躰操をしたり、なんでも危險無い運動をなさい、

八、凡て家の内では塵埃の立つやうなことは可成してはなりません、雨がふッて外であそべない時に家の内で遊ぶには可成塵埃のたゝないやうになさい塵埃の立ッやうなことをする時には窓や、障子を放して置くのですよ

●小兒の病氣と診察のこと

初生兒や、滿一歲前後の小兒は、措いて問はぬですが、少し物事のわかる小兒が、病氣に罹りました時に、醫者に診察して貰ふことを大層嫌い恐れて、泣き叫び、若くは、手足でもつて抗抵致します、そこで、小兒の取扱に熟練なる醫者は、甘く、すかして、速に診察を遂げらるゝ事は申す迄も無く皆さんも御承知であるのでしよう、病氣と云ッても色々あることとですが、小兒の病氣就内呼吸器に關係あらうと思はれる病氣では、トモカクも咽頭を診ることを忘れてはならぬとは、日常吾々の承知してゐる處であります、此咽喉を診ることは容易であッて、また容易でも無いと云ッたやうなもので、どうかすると甚だ六ヶ敷ことがある、と云ふのは、小兒か嫌ッて、身動をなし、抵抗をする等の事があるからであります、一度、斯樣な事があれば其次の病氣の時には一層小兒が醫者を恐れると云ふ風になります、是

は何でもないやうな些細なる事ではありまするけれども、醫者の方から云へば小兒が溫和くあるのと、剛情であるのとは診察に當り便不便の別かるゝ所かと存じます、

私が見て居りまする所では、醫者の家の小兒は父なり兄なりが日常病人を診察する所を見慣れて居りまするが故に其小兒が病氣にても罹りました時に、之を診察するに當り、それほど、嫌がらず、恐れぬやうであります、餘り醫者と親密であるやうに每々病人が出來ては喜ばしい事で無いのですが、しかし、萬一の場合の用心に、小兒などは、幾分か醫者に診て貰ふことを嫌がらぬやうにして置き度いものです、それには、どうすればよろしいかと申すと、勿論、素人のお方が、自分で醫者の診察の模倣をして小兒を診ると云ふのも甚だおかしいですが、家に他に病人でもあッて醫者が往診の爲めに來てゐる時、差支の無い限りは、醫者に近づけ、また「ぼうや」も、あんな風に、先生に診て貰うのですよ位に敎えこんでもよからうと存じます、殊に、咽頭は三ッ以上の小兒であれば、時々「アー」と云ッてお口を開て御覽なさいと申し付け、口を開き舌を出すやうに敎ればよろしからうと存じます、凡て斯樣な事に限らず、どうか、萬一の時の用心に家庭でも、殊に病兒でもあり勝の家庭では、可成醫者の診察に都合よきやうなさるゝのがツマリはお兒さん方のお爲めかと考へます、此間少し感じましたに就き、老婆心ながら玆に記るすのであります、



○婦人と小供

▲乳母の選定

醫學士　唐澤光德

哺乳兒を育てゝ居る際に、急に母に故障が起つて乳が出なくなつたとか、乳が不足であるとか、またはたとへ乳がよく出ましても、其乳が子供によくないからといつて止めなければならない場合は誠に少

くはありません、してこの少なからぬ乳不足の場合には両親は勿論、わきについて居るものゝ困難の一通りでない事は、彼の有名な惡口家の蜀山人でさへ

わらはのために乳なきをなげくことば

蜀山人

むかし大江匡衡も、かゝる憂目にあひしにや、ちもなくて博士の家の乳母せんとはとか云ひて、十日一歩の乳付を傭ひたまひしとなん。寧ろ嬌兒の乳をたつとも、郎の慇懃をたゝじとは古樂府にも見えたり、飯なくば蕎麥でもくはん、紙なくば手ばなもかまん、錢なくば使はでもありなん、地頭にたとへし泣く子を抱へて乳のなきこそかなしけれ、

舌つゞみうつほどたんと出ずとも
ちゝとなりともちゝ出よかし

日をへてかた〱の乳いてにけり

と云つて居りまする、

もし是等の場合に、いつも〱其乳の出なくなつた乳房のかた〱丈でも、蜀山の狂歌位で、よく出てまゐるものならば誠に都合がいゝのでござりますが、實際にはなか〱そうはまゐりませぬ、

そこで牛乳とか煉乳とかを撰ぶ前に、乳母を雇ふと云ふ事になつて、其選定の必要が起てくる、

こは乳母の選定と申す事は、一寸考へると極めて容易な樣であるが、實際上非常に困難なまた家庭にとつては重大の事である、何しろ乳母といへば普通の家庭では單に乳を子供に與へるばかりではなく、日常の養育、監督等も皆乳母の手にまかせられてあるのであるから、小兒の性質の上にまで影響を及ぼす事は少くないので、此乳母選定の範圍は醫學上のみでない、兒童心理の方面にも關聯してくる大問題でござります、

しかるに此重大な事柄は多くは突然起るのが多くつて、豫じめ乳母を選定してをくなどと云ふ事は殆んどないと云つていゝ位、多くは母が病氣にかゝつて乳母を雇はうかとか、または子が病になつてか

ら、醫師から乳母をすゝめられたとか云ふ場合が多いのであるから、非常に急いで乳母を選定する事が多いので、理想通りの乳母はなか〳〵見當る事が少なうござります。

質疑欄



●質問注意　質問中診察せざれば應答し難きものは一切解答せず又解答に遲速あるは登載順に都合ある爲めと御承知を乞ふ●質問は端書にても封書にてもよろしけれど單に質問のみをわかりよく認むる事●質問に姓名を出すことを好まざる方は匿名にても差支なしと云へども事務所へは姓名御通知のこと●本號の雜誌に登載する分は凡前月十日迄に申込まれしものとす

質問者　廣島一會員

問　茲に芝居好きの人あり平常少し神經症にして鬱氣勝なるも芝居さへ見れば精神爽快となり翌日も餘程氣分良しとの事是唯に自分の思ふ耳ならず實際上外見よりも其人の健貌（芝居を見ざる前に比し）を認むと云ふ併しながら芝居見物なるものは先達久保學士のを話しの通り不良の空氣中に決して呼吸に害ある耳ならず朝から晩まで一所に坐し身躰の運動をせざるは勿論の事なれば血液循環にも障害を來す事と察し候然らば衞生上身躰に幾分の損失ある筈にも關はらず或人の如くは前述の如し、して見れば此人は精神作用が衞生上餘程の利益を與へたるものにして要するに芝居中精神外作用の衞生上損失よりも精神作用の衞生上利益を得たる事多き樣に考へられ候道理上如斯の事有之候哉あれば理由御教示を乞ふ

答．お尋の件は興味あることとて、考究すべき點もありと存じますが、其御方が芝居よりほかに精神を慰め得べき途無しとすれば、少しく奇なる狀態ではありませんか、果して然らばよく醫師に就きて精診を乞はれ度し、何か神經性の病氣があるかも知れません、また、芝居見物は御問合の通り身躰上よろしく無いと存じますが健全な人ならばトニカク、神經

性の人には尚更假令一時精神の爽快を來すも、あとて却而疲勞が來るやうなることがありはしまいかとの虞がありますゆゑ、やはり、よろしからぬかと存じます、次に精神と身躰を別々にしてお考のやう見受けますが、それは一般にはさうて無く精神身躰相伴ふものですから、お説の芝居を見て精神に得をなし、躰身には損をすると云ふのも奇てあります、私の考ては其お方は芝居を見て一時興奮せらるゝもてあらう、其興奮が他の並の人よりは一層强いだのけそれだけ神經の方に何か弱ッてゐる所があるてあらう、左樣なお方は却而靜養せられて、即ち餘り精神感動を招くやうなことを避けらるゝがよからうと申すのです、トニカク醫師殊に內科醫て神經系統の方を專門とせらるゝ方に御相談あればよからうと存じます

問　　質問者　　京都府一會員

妾の在住附近は殊に蠅多く常に鳥餅蠅敲蠅入らず等により其進入を防ぎ居り候か何卒其の孵化せざる防遏方法有之候へば御敎示被下度候

二問　妾附近の小學校生徒にして「クラス」に每日二人宛の當番を設け掃除を營せ申候が冷水にて「テーブル」椅子等を拭き掃除致し候爲か手指に「ひゞ」「あかぎれ」等を生じ視るに忍びざるのみならず時節柄怖るべき「ペスト」等の自然其皮膚の裂傷面より侵入するなきを保せず元來掃除などの爲めには冷水を用ふべきものなる哉又溫水を用ひさせ候はゞ如何なる害あるか御答を願ひます

一答　例へば近隣に牧塲などある時は自家以外にて蠅の發生を防遏すること出來難きは勿論なるが、凡て不潔物例へば、人の兩便牛馬の糞等の類を充分に掃除すること肝要ならん、最も簡便なるは木灰を振り掛け置くべし、如此すれば其れだけは蠅の發生を防遏し得るならん、

二答　　同　上

寒冷なる水が溫かき手に觸れて其皮膚をあらすこ

とは理由あることとなり、故に、冬分には拭き掃除に湯を以てすること適當なりと信ず「ひゞ」には本誌に掲げられたるベルツ水を用ふべく「赤ぎれ」には硼酸軟膏を塗りて其上を硼帶し置くべし「赤ぎれ」はなほる迄、可成水使へをせぬこそよけれ、

附記す　尙御尋ねの「チフス」菌檢出法は餘り高尙にて專門に立ち入りますから玆に省きます

質問者　神奈川縣一會員

問　ピヤのと小兒の神經と題し十四歳以下にてピヤノを稽古しる小兒には神經病多きことと英國の醫士の研究のよし右は如何なる理由にや中略和洋の樂器中一番何か小兒（七八才）に稽古致させ候て差支無之候や御敎示被下度し

答　音樂は優美高尙のものにして能く之を用ゆれば大に精神を慰め利する處少からされども幼兒にありては普通の學業にて旣に腦力を費やし居るが故に高尙なる音樂を學習せしむるが如きはよろしからず日本の習慣として幼兒に三昧線を習はしめ强いて之をせむるは神經經濟に於ても不利益なるのみならず風敎上にも利あることとなしされば幼兒には唱歌オルガン位を初めとして十歳以上にもなれば日本樂器としては琴を採用せらるべし是其高尙なる割合に學習上比較的容易なればなり往々寄席などにて三歲の女兒をして義太夫を語らすが如きは寧ろ哀れにして聞くに堪へざるものなり

質問者　信州百世子

問　わたくし事常に芳硼水と申し「グリセリン」二〇、〇アルコール一〇、〇ベルガモット油六滴三%の硼酸水を以て全量三〇〇、〇とし用ゐ居り候へども顏のきめあしきにはベルツ水といづれがよろしく候や又折々硼酸にて顏洗ひ居候へどもこはいたさせぬ方よろしく候や

答　芳硼水と申すものは未だ聞き及び不申候へども要するに硼酸水に香ひを付けたるものゝ意味にて右の品を化粧水に用ゐらるゝも差支なし又ベルツ水とのきゝめ如何との御事なれどもベルツ水は苛性加

里液を適宜に入れあれば（但し劇薬なれば多く入るれば害あり）大に皮膚の新陳代謝をなすの効ありてあれたる皮膚も取り去られて滑かなる皮膚となすの効あればベルツ水を用ゐらるゝ方よろしからん

新潟特會員の方へ

答　三十五才の男五六年前より肺病云々御文書によれば腸結核にも罹かられて居る樣で中々の御大病の樣で餘程危險と存ぜられますから此寒氣の折柄餘程御大切に成されんことを望み升かゝる御病人にては咯血の時などは直ちに醫師を御招きになり應急の手當をなさるべし（咯血時の應急手當は本誌第百六十四號參照）又第三項の件は勿論御申越しの通り看護人の方は充分の消毒をなさるがよろし消毒法の事は永くなりますし本誌にも度々諸氏の講話もありました故よく御くり廻し御覽願ひ上候

一女子の方へ

答　頑癬田虫に罹り云々右は脫毛するも所謂毛根杜絕せざれば發毛せざることなしウブ毛の如きものにても生へ來ればことにたしかなり先づ其部分に血の循環をよくする法を取るより致し方なし昇汞アルコールの如きものを附けてするかなれど大變刺戟するものなれば薄きものならざれば却て靡爛の恐れあり殊に劇薬なり併し最早毛根絕え所謂ハゲの如きものは再び發毛すること頗る難しと知らるべし

質問者　京都　一會員

問　お正月が來ますと或家では一兩日も前から種々の御馳走を煮て重詰とか申し三ヶ日又は一週間も其儘である事とあるかも心得ますが寒き時と申しましても衞生上如何でしよう

答　昔からの習慣で今でも所謂御重詰を造ッて幾日も置く家がある樣ですが昔しは御正月は煮燒を世話を止めて單に遊ぶといふ寸法から割り出したもので所謂ぶしやう主義なのでしやう一體食物は申す迄もなく新鮮にして直ちに料理して直ちに食することぞ衞生に適かッたもので總て溫たかき煮たては其味もよろしさりとて餘り煮返したるものは其味ひ惡しゝさ

れば新年の御料理として不消化物を澤山に煮込み置きて御客様を待遇するは御客様も随分迷惑なことてす今は上流社會ては煮込み主義をするものが段々少くなッたやうてすから是等の習慣は早く改良したいものてす是等の改良は當世の若き方が率先せられて改良さるゝが急務てあると思ひます

質問者　東京會員

問　私知人に當年十六才にて割合に手大きく色も黒く誠に心地あしく候まゝつとめて手を働らかさず洗ふ時も特別注意いたし候ても少しも効無し冬はしもやけになやみ一方ならずせめて色の白くなる方法御教示願上候

答　手の大いなる一は性質にもよるもので是は致し方もなけれど餘り荒ら仕事をなせし爲めに太く見苦るしくなるものあり色の黒きも又性質によることなれど先づ食物運動と清潔沐浴等に注意し前の質問にある信州百世子の問ひを參照せるべし凍傷は一體其部分の血液環環の惡しき爲めに起るものですから可成寒氣に觸れぬ様になし手足の凍へた時急に火にあたり又洗ひ物などしたる冷えた手を急に熱湯に入れてあたゝめるはよろしからず冷えた手を温めには先づ以よく手をコスリ合せ幾分か温まつた處にて追々に火にあてる様にせねばならぬ常に冷水摩擦を行ふは皮膚を強固にして風邪も引かず血のめくりもよくなり皮膚も丈夫となり凍傷も出來ず從ッて色つやもよくなるなり若し凍傷にかゝッたときは其部をアルコールを浸した布にてコスリ次に樟腦油一、〇ラノリン九、〇の合せたるものを一日二回位塗るか又は沃度チンキ一、〇コロチーム一〇、〇を塗るをよろしとす

質問者　北越婦人

問　私こと顔に、そばかすたくさん出來見苦敷こまり居候何とぞよき全治法あらは御教へを願上候

答　そばかすを治療するは專門的の大家にあらざれは治療することは餘程困難て危險と言ねばなりませ

ぬ此療法は土肥博士にても御相談になッたらどうてすか迚も普通の方法ては治療は六ツかしき事と思ひます

静岡避寒中一會員へ

答　病名はよく分りませぬが多分臭いてしやう幾分の故障ある爲めと思ひます殊に御妊娠中の事故僅かの故障も除かるゝがよろしされは婦人科專門醫に就き診斷を乞はるゝ方安全と御勸ゝめ致します

群馬縣の某會員へ

答　昨年八月盲腸炎に罹り尙二回程發病云々盲腸炎は治癒し易すからぬ病症なれば逗子にて御精養好結果なれば然るべき醫者を侍醫とせられて尙充分に療養根治せらるべし結婚は全癒の上ならては害あり食物は常に治養食は勿論柔ちかきものを取り運動とてやも劇しきとは宜ろしからず中將湯を以て此病後を癒さんより尙適當なる藥を醫師に乞はるべしされとも中將湯にても實母散にても毎度申す如く己れの信ずるものは神經作用により多少きゝ目なきにあらざればそは醫師の診察を受けられて後は最早服藥の必要なきときに兎も角もにて候月經の一ケ月をきに閉止は前兆と定めることも出來ませぬ是等は實際診察の上ならては隔靴搔痒の嘆を免れず候



研究欄（會員の寄送を望む）

フレンド料理會員

●新年の菓子クリームド胡桃

一個の玉子白部

一冷水大匙半杯

一ヴアニーラ小匙一杯

一粉にしたる砂糖一ポンド（百二十六匁九分六厘）

右玉子のシロミ冷水ヴアニーラを鉢に入れ能くかき雜ぜ徐々に砂糖を入れ揑ねることの出來るまで

堅く轉がして數多の團子を作り後平たくして一個毎に其兩面に胡桃半片を附着すべしあまり多くの砂糖は用せず

●ペッパーミント（薄荷菓子）

砂糖コップ一杯半沸騰湯コップ半杯薄荷油六滴等、

ロー引き小鍋に砂糖と水を入れ砂糖の溶解するまでかき廻し十分間沸騰し後火より下ろし薄荷を加味し濃厚になるまでかきまぜ之を匙の端より薄くバターを引きたる紙の上に滴すべし

●スノーケーキ（雪菓子）

バター大匙二杯砂糖コップ一杯牛乳大匙四杯

麪粉コップ一杯と三分の二ベーキンパート小匙二杯半二個の玉子のシロミヴァニーラ小匙半杯

麪粉以下に一種の目方を量り能く混合すべし

バターと玉子の白みとを別々にかきまわすべし但しバターは五分間急激にかきまわすべし其れより玉子牛乳バターを一所にまぜそれへ前の四種を混合し絶間なく徐々かきまわすべし能くまぜたる後バター引鍋にて燒くべし

●ワンエッグケーキ

バター大匙二杯砂糖大匙四杯玉子一個牛乳大匙四杯

麪粉コップ一杯ベーキンペード小匙二杯半

バターを五分間能くかきまぜ徐々砂糖を加へ尙能くかきまぜたる後玉子と牛乳を入れ後麪粉及びベーキンパードをまぜて（篩ひに掛けたるものを）淺き鍋に三十分間やくべし

●スポンジケーキ

三個の玉子の黃み及白みと砂糖コップ一杯

熱湯小匙一杯麪粉コップ一杯ベーキンパード小匙一杯半鹽小匙四分の一酢小匙二杯

五分間玉子の黃部をかきまわし徐々に砂糖を加へながら尙かきまわし後水は篩ひたる麪粉とベーキンパードを雜ぜ鹽を加へ尙固くなるまでかきまわし玉子の白部と酢とを加へバターと粉をひきたる菓子燒き鍋にて並のヲーブンにて三十五分間燒くべし

●山かけさしみ同小角魚

東京　田村き代子

魚は鯛、平目マグロなど宜し（仙臺マグロは宜しからず）こゝにはマグロに就て記載すべしマグロは赤き身の物故醤油漬にするを宜しとす（白き肉を有する魚類は鹽にあて用ゆべし

先づ魚は三分位の角に切りて置き中等大のワサビを壹本をおろし金にておろし醤油三勺の中に入れ其中に前に切りて置きたる魚を入れて和え器に盛る其上にトロヽ芋（ヤマト芋）をすり鉢におろし金にておろしてすり其中に玉子壹ッ砂糖[illegible]醤油各少々入れてすり鉢にてすり前の魚を盛りたる上にふわりとかけて出す

魚は（さい形に切りたるを云ふ）壹人前に廿四五切を盛るヤマト芋は十人前に中等大一個用ゆ

是は春のさしみ代りに宜し

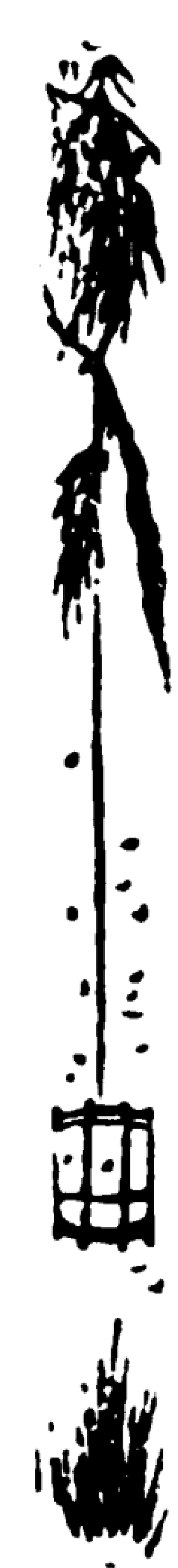
●百日漬茄子のからし漬に就て

此法は去年羽田夫人の話を本誌に掲げしところなるが此程同夫人には態々事務所へ人を遣はされ丁度百日になりたれば御話ばかりにては味がわからぬからよきかあしきやめしあがりてよと壹瓶を寄送せられしが辛子麹の工合よろしき爲め所謂水ぽくなく茄子の味はひ極めて美味なりき（總べて本會料理法も御實行あらんこと望ましけれ

尚左の歌を添へられたりからし漬を讀みこまれたる滑稽おもしろし

こゝろ見よふうみよからしつけかたを
ふみにしるせし君におくれば

三緒子



大日本婦人衛生會記事

●本會新年會

一月九日（第二土曜日）午後一時半より例により東京女學館樓上に於て會員相互の禮を兼ね本會の新年會を開たり　總裁　東伏見宮御息所殿下にも御臨場あらせられ席定まるや鍋島會長によりて新年の儀式を行はせられ會員一同起立敬禮式終りて直ちに餘興を開始せり講談師松林知山には日清戰役に於ける赤城艦

の苦戰談より敵艦を轟沈せしめて萬歳を三呼するに至る迄之を二席に分ちて熱心に口演し恰も實況に接するの思ひあらしめき一席終りて休憩を報じ茶菓の接待あり會員相互に交情を温めやがて再び第二席を開講し午後四時頃目出度散會を告げしが殿下には講談終局迄御聽許遊ばされしはまことに感佩の至に堪へざる處なり當日の來會者は約貳百名にして役員には濱尾副會長高橋孝子、田村きよ子、岡山とし子、羽田三緒子、木場小ゆり子、宮下咲子、松平芳子、岡田德子、鍋島會長岸澄子、宮本樂子、三浦敎子、三宅藤子、高木から子南部限子(出席順)及び元と高崎支會長たりし井口德子の諸氏にして鳩山夫人には參會せられしも用事の爲め左の寄附をなして直ちに歸邸せられたり今當日の寄附を擧ぐれば左の如し

一サンドウヰッチ　鳩山春子

一紅茶　大壹箱　岡田德子

一コーヒー糖　大壹鑵　田村き代子

●看護會員に左の歌を添へて送らる

まさくを見るかひありて嬉しさは
とふとき一日ゐたつもさせず

福岡醫科大學醫院内　坂田正穗子



●高崎支會報告

十二月例會

十二月六日(日曜)午後一時より例會を同市宮元町高等小學校内に開き先づ入會者を報告し直に左記諸氏の講話あり

冬の寢室　横井忠圖君

帶下に就て　乾宗太郎君

月經時の衛生　吉田廣橋君

所感　湯淺謹太郎君

會員小幡德賀子は實體寫眞鏡を携帶來場し種々の寫眞を裝して會衆の觀覽に供したり

講師は前記の外星野、土谷兩特別贊成員水谷藥劑官須野醫師の諸君臨場せられ役員にては三橋ひろ子横井昇子土谷ひやく子稻垣壽々子關良子齊藤れう子松

本泰子星野副會長高草木かね子粟野まる子相川す賀子清水かね子（出席順）の諸氏に多數會員の出席ありて盛大なる本會の納會を爲したり午後四時を以て散會し役員は殘留して來年初會の件に就き種々協議を凝す處ありき

附記特別賛成員秋田聰太郎氏は十二月中旬以來遊學の途に上られ一兩年間は會務を離るゝ事となれり



●新潟支會報告

十二月例會

十二月六日午後二時より新潟市西堀通長善寺に於て通常會開催左の講話あり出席者四拾餘名

一神經衰弱に就て　醫學士　池原康造君
一遊戯實習　佐柳千代子君
一仝　寺田とみ子君

右遊戯は仝會始めての練習にて出席者一同稚兒の如く嬉戯し時の移るを忘る實に懇篤なる講話と相待つて衛生會の本旨に協へる會合なりき

山形支會報告

●十二月例會十二月十二日第二土曜日午後二時より山形市女子師範學校内に於て例會を開く會員に學生の傍聽八十餘名左の有益なる講話あり四時散會す

一授乳の注意　友田醫學士
一男と女（前回の續）　津田校長

茨城支會報告

●十二月例會十二月十三日好文亭に於て午後一時より例會を開きぬ三宅農學校長の家庭の農藝と題する演說高等女學校助教諭坂入氏の裁縫に就ての話及多野病院長の繃帶に付ての講話等あり終りに一同の唱歌ありて散會を告げぬ



●本會入會者

○信州常田董君紹介

●長野縣下高井郡平隱村湯田中區　贊成員　湯本忠孝君

○事務所へ申込

●山形縣北村山郡大高根村　贊成員　高木辰次郎君
●岐阜縣武儀郡富田町　通常會員　長尾愛子
●本鄕區湯島天神町一ノ五十　贊成員　平井貞吉君
●赤坂區丹後町十一番地　通常會員　中島順子
●赤坂區氷川町四十二、坂本氏方通常會員　中村美尾子
●岩手縣和賀郡飯豐村大字村崎野八十三　通常會員　齋藤よね子
●本鄕區本鄕三丁目一、袖油館内　贊成員　安形恒夫君

○本會幹事岡田德子紹介

●岩手縣盛岡市鷹匠町　通常會員　中山よし枝子

○本鄕區武笠美以子紹介

●本鄕區弓町一丁目二十五番地　通常會員　前田りつ子
●牛込區拂方町三番地　通常會員　松本かの子

○小石川宮崎よし子紹介

●麹町區下六番町十七番地服部氏方通常會員　溝上幸子

○羽前猪股春子紹介

●羽前米澤市袋町　通常會員　上倉たけ子
●仝米澤市上花澤信濃町　通常會員　青木しげ子
●仝米澤市福田町　通常會員　長谷部はつ子
●仝米澤市新町一ノ町　通常會員　近藤ゑつ子
●仝米澤市上花澤仲町　通常會員　本間喜久子

○日本橋田村さ代子紹介

●芝區今入町十一番地　通常會員　榎本禮子

●淺草區田島町二十番地　通常會員　本多芳子

●新潟支會入會者

○工藤とり子紹介

●仝市東堀前町五番町　通常會員　安宅しま子

●高崎支會入會者

○幹事相川壽娥子紹介

●仝市赤坂町一四六　通常會員　小林さく子

○特別贊成員土谷全治君紹介

●仝市本町　贊成員　湯淺勝太郎君
●仝市歌川町十九　通常會員　赤城容子

○相澤小松子紹介

●仝市元紺屋町二三　通常會員　飯島とく子
●仝市田町一一五　通常會員　瀨下たけ子

○評議員松本泰子紹介

●群馬郡元總社村　通常會員　伊藤きく子

●山形支會入會者

○玉井よしを子紹介

●山形　通常會員　藤澤きく子

○溝尾まさ子紹介

●山形　通常會員　西村音和子

●千葉支會入會者

●千葉町新田　通常會員　高橋なか子
●千葉町登戸　通常會員　平田みね子

●小林榮子女史を痛む

女史は資性溫厚早く夫に分れ爾來老母に使へて孝養淺からず又多年四谷學校に奉職せられ嘗て本會事務所をも引受けられ盡力少からざりしが腐臟肺炎に罹かられ臥床一周日ならずして遂に廿八日午後十一時を以て遠逝せられぬ嗚呼哀哉本會幹事高木夫人は親しく靈前に香花を備へられ葬送當日は事務所員會葬せり

本會は謹みて哀悼の意を表す

私立大日本婦人衛生會

◉轉居

▲會員諸姉御轉居の際は可成新舊兩所御記入事務所宛御一報相願候

- ●深川區冬木町十番地へ　庭井靜子
- ●神奈川縣橘樹郡御幸町字南河原五八〇へ　古澤信子
- ●麻布區三軒屋町五十二へ　辰己蔦野子
- ●長野縣松本大柳町へ　小林靜子
- ●山口縣豐浦郡長府村字金屋ヶ濱四百七十三へ　江口恭子
- ●廣島縣吳市和庄町二千八十一へ　大舘きみ子
- ●長野縣長野市横澤町乙七十一番地へ　水澤たか子
- ●府下巣鴨庚申塚明治女學校內へ　篠原雄子
- ●廣島縣吳市二川町乙ノ百八十へ　志水貞子
- ●芝區三田松坂町三十八へ　上泉ひさ子
- ●牛込區中里町二十七へ　坪山良子
- ●相州橫須賀港軍豐島町中里一四二へ　中濱たつ子
- ●芝區白金三光町五十八へ　向山愼子
- ●牛込區仲町十一番地　仁尾しげ子
- ●麹町區四番町三輪田學校內へ　橫矢ゆき子
- ●相州小田原十字町四丁目へ　堤藤子
- ●赤坂區新町三ノ四十二へ　山木みつ子
- ●下谷區上野五條町五へ　橫内百子
- ●長野市神明町神明舘へ　小林喜殿君
- ●鳥取市江崎町百二十四へ　林まき子
- ●安藝國江田島海軍兵學校內官舍內二十號へ　島内幾千代子
- ●北海道札幌區北東四ノ十へ　若林かめ子
- ●麹町區紀尾井町三番地へ　北代幸子
- ●宮崎縣東諸縣郡八代大字八代北俣字尾圀へ　平田みら子

交換寄贈雜誌（十二月分）

- ●日本赤十字　京橋區南傳馬町一ノ七　日本赤十字發行所
- ●統計集誌　京橋區山城町六　東京統計協會事務所
- ●をんな　麹町區下二番町三十七　大日本女學會
- ●大坂醫學會雜誌　大坂東區淡路町一ノ卅八　大坂醫學會
- ●教育實驗界　本郷區森川町一　育成會
- ●通俗衛生　大坂西區土佐堀通三ノ廿九　大坂私立衛生會事務所
- ●大日本婦人教育會雜誌　赤坂區表町二ノ十三　大日本婦人教育會事務所
- ●藥學雜誌　牛込區新小川町二ノ八　日本藥學會

●國家醫學會雜誌	本郷區富士町一	國家醫學會雜誌發行所
●婦人世界	大坂南區末吉橋通四ノ六十一	浪華婦人會
●産科婦人科學雜誌	日本橋區濱町三ノ七	産科婦人科學會事務所
●佛教文藝	淺草區新谷町十	佛教社
●絅行會雜誌	芝區三田綱町	絅行會雜誌出版部
●學校衛生	本郷區駒込西片町十ろノ九	學校衛生研究會
●中外藥報	神田區小川町一	中外藥報社
●婦女新聞	牛込區東五軒町四十一	婦女新聞社
●愛國婦人	麹町下二番町三十七	愛國婦人發行所
●藥石新報	大坂西區江戸堀下通三ノ卅六	藥石新報社
●工手の母	大坂北區野田新家四の町	工手の母新聞社
●草樂新聞	大坂南區心齋橋筋二ノ百七	草樂新聞社
●日本衛生週報	甲府市佐渡町十五	日本衛生週報社
●防長醫事	山口縣吉敷郡山口町錢湯小路	防長醫事社
●家庭新聞	熊本市新坪井町廿二	家庭新聞社
●兒童教育	神田末廣町十	兒童新聞社
●日本女學生	本郷區東片町百三十三	日本女學生會
●工業雜誌	京橋區尾張町一ノ一	工業雜誌社
●日本婦人	府下豐多摩郡澁谷村	帝國婦人協會
●衛生報知	神戸市相生町一ノ廿七	私立神戸市衛生會
●京濱實業新報	報神田區北神保町八	京濱實業新報社
●東京藥事新報	京橋區桶町四	東京藥事新報社
●京京教育雜誌	神田區錦町一ノ二十	東京教育會雜誌發行所
●豐國新聞	京都市下京四條通油小路	豐國新聞京都局
●體育	麹町區飯田町二丁目	日本體育會
●大日本衛生會雜誌	京橋區宗十郎町七	大日本私立衛生會
●婦人新報	赤坂區榎坂町	婦人新報社
●産婆學雜誌	日本橋區三ノ七	日本産婆學協會
●廣島衛生醫事月報	廣島市猫屋町	廣島衛生醫事月報社
●越佐教育雜誌	新潟市寺裏通	越佐教育會雜誌社
●婦人と子ども	本郷區女子高等師範學校内	フレーベル會
●山陽新報	岡山市榮町	山陽新報社
●神經學雜誌	小石川區駕籠町	日本神經學會事務所
●白梅	神田町錦町三ノ一	大日本看護婦人矯風會
●新潟縣衛生會雜誌	新潟縣廳内	新潟縣衛生會
●婦人	神戸市三宮町一ノ一七三ノ一	婦人協會
●日本橋區衛生協會雜誌	蠣殻町二ノ二	日本橋區衛生協會
●割烹新聞	神田區佐久間町四ノ十六	家庭割烹實習會
●心疾者の救護	小石川區巣鴨駕籠町	精神病者慈善救治會
●教育と衛生	栃木縣宇都宮市杉原町十八	教育衛生社
●女子教育	神田區錦町一ノ十	明治書院

私立大日本婦人衛生會

新潟支會規則

●第一條 本會は大日本婦人衛生會に屬し婦人衛生の研究を目的とし兼て一般慈善事業を爲すにあり●第二條 當支會の會費は左の六種とす終身會員一時限り出金貳拾五圓 特別會員毎月金參拾錢通常會員仝金貳拾錢 支會員甲毎月金拾錢乙仝金五錢●第三條入會せんとするものは 役員に申出て其承認を得べし●第四條會費毎月拾五錢以上を納むるものには 本會衛生雜誌を配布す●第五條會費は雜誌料として一部を本會へ納め殘金は銀行へ貯蓄して衛生慈善資金とす●第六條 支會には會長一名副會長一名評議員十五名幹事五名理事一名を置く會長副會長は總會に於て公撰し評議員幹事は會長之を撰任す 各役員の任期は一ヶ年とし再撰するを得役員は總て無給とす●第七條 支會は毎月六日通常會を開き衛生及び慈善に關する演說をなすべし●第八條 毎年一月總會を開き支會の要務を擧行す●第九條 本會は毎年春期懇親會を催し時宜によりては慈善販賣店慈善演藝會等を開くことあるべし●第十條 天災事變に際し慈善救濟を要する場合に於ては 特に會員中の有志者より物品の寄贈を募ることあるべし會員外の篤志者より臨時金品の寄附あるときは役員の協議を以て特待員又は贊成員となすべし●第十一條 一般慈善事業の贊助 天災事變の救濟の事務は役員會の決議により實施するものとす●第十二條 支會々員は服裝其他を質素にし集會の際は成可く綿服を着用すべし●第十三條 特に本規則に揭げざるものは私立大日本婦人衛生會の規則を準用す

事務所新潟市學校町二番町四十七
和田くに子方

新潟支會

明治廿九年四月創立

私立大日本婦人衛生會

高崎支會規則(明治三十五年四月創立)

●第一條 當支會は大日本婦人衛生會に屬し汎く婦人をして人生の健康を保持する方法を講究し 衛生上の智識を開發せしめ隨て社會全般の幸福を增進するを目的とす●第二條 當支會は大日本婦人衛生會高崎支會と稱し事務所を高崎市寄居町五十番地に置く●第三條 當支會は高崎地方在住の本會々員と支會限りの支會員とを以て組織す●第四條 本會又は支會の會員たらんとする者は住所姓名及び會員の種類を詳記し 三個月分以上の會費を添へ申込まるべし●第五條 當支會に學術其の他の裨益を與へらるゝ人士を推して講師又は篤志贊助員となす●第六條 當會員にして轉居死亡又は退會の時は速に其旨事務所に通報せらるべし●第七條 支會に左の役員を置く會長一名副會長一名幹事六名評議員十二名●第八條 役員は會員中より公撰し會長副會長は役員中より互撰す又幹事評議員は役員中より會長之を指名す 但役員の任期を一箇年とし再撰するを得●第九條 本會の特別贊成員を定員外の評議員とす●第十條當支會は毎月一回講話會を開き 毎年一回總會を開く者とす總會に於ては講話の外役員の改撰會務の報告等をなす●第十一條 會員及贊成員の家族並に篤志贊成員は集會に參列するを得 但時宜により男子の參列は謝絶することあるべし●第十二條 本會々員は本會費の外別に支會費を要せず支會限りの會員は支會費として 一箇月金五錢を出す者とす●第十三條 總て會費の徵收は集會の席上に於てするを例とす但三箇月分以上先前納すべし●第十四條 支會の所有金は支會の名義を以て銀行に預け置くものとす●第十五條 會員又は會員外より金員物品の寄附ある時は之を受納す●第十六條 本會所有の金員物品を慈善事業等に使用せんとするときは 衆議に諮るものとす●第十七條 會員は服裝其他を質素にし集會の節は時間等を確實に履行すべし● 第十八條 特に此規則に揭げざる者は本會の規則を準用す

●事務所 高崎市寄合町五十番地

高崎支會

商標



一名改良あらひ粉（田中勝士案）

艶肌！！！

色を白くする衛生的洗料

府下に販賣店各所にあり

しやぼん。ぬか。あらひ粉兼用
定價箱入拾錢　袋入五錢と二錢

◎此あらひ粉は衛生上から窮理してこしらへたもので**硼酸其他の藥**を澤山入れてありますし、又よき品物をつかつてありますから、色も白くなり、キメもこまかにあれる憂ひがありませんし鼻のわきのニキビなどはよくなをります、普通の品とは違います！

▲用法　其まゝぬか袋に入れて御つかいになれば一番よいのですが普通のあらい粉の様にしてもよくつかへ油ら手もよくおち分量澤山御徳用！

本舗　東京牛込通寺町三十八　**松壽堂**

無鉛毒お園おしろい本舗　京橋區銀座二丁目　**胡蝶園**（電話新橋二六四）

全特約店　上州高崎市田町　小間物問屋　**小暮商店**

此暖爐が他器に優り衛生上其他著き有益の特長ある證は岩佐侍醫足立軍醫監岡村醫學博士栗本醫學博士桐淵醫學博士以下五十餘の醫學士方より嚴重なる御試驗の上御賞用受居にて相知れ候◎此器の特長は◎

日本室用
木炭焚

暖爐



烟突不要

▲少量の炭火にて室内全體を永く平均に快く温暖に成し温度の上昇自在にして他の暖爐に於て免れ難き夫の燃燒より起る炭酸瓦斯の害を除き空氣の乾濕を適度に自調し火氣等にのぼせる發無く衛生上有益なる構造にて煙突を要せず安全經濟に持運び自在に形狀優美堅固にて實用裝飾完備す

（有益之品）＝＝（名譽）

本器は年間に世の好評を受已に樞密院外務省文部省大審院農科大學宮城縣廳栃木縣廳島根縣廳岐阜縣廳滋賀縣廳東京府立病院宮城縣立病院山本赤十字社京都美術學校京都東山病院外數所よりは御試驗の上數個乃至數十個づゝ御用受馬島醫學士吉松醫學士井上ドクトル川上ドクトル田中醫學士以下醫學者の御賞用を受け永樂病院以下各縣私立病院醫師方より已に一萬餘個御用受御試用後爭て數個御賞用方多く受好評

▲▲本器は左る高貴の御方京都にて御不例の節侍醫方より御勸め申上御用被仰付有益の御實驗遊ばされて後其京都御本邸に五個御備置の榮を蒙り又御婚嫁の御用具中に差供へられ其後御同族三殿下御邸より御用命を蒙り其他一條公二條公九條公鷹司公島津公德川公同老公同侯大山侯蜂須賀侯以下八十餘華族方佐久間中將大迫中將寺内中將以下軍人官衙學校其他を合せて已に二萬餘個御用受多々信用の度を增し賞用受候

◎正價荷造費共　金六圓也

東京市麹町區隼町二十番地　**山本賣店**

乘車用
椅子用

脚爐

本器ハ嚴寒中乘車ノ際又ハ椅子ニ依リタル際能ク御脚部ノ冷ユルヲ防ギ形狀優美ニシテ頗ル輕便ナル保温の機造ニテ燃ル便益也終日燃費八厘ニテ足ル◎正價荷造費共金貳圓拾錢

明治二十六年四月四日第三種郵便物認可

私立大日本婦人衞生會徽章規程

第一條　大日本婦人衞生會々員は其會員たることを表するため左の徽章を用ゆ

第二條　會員章は本會幷に支會の集會に出席する塲合は勿論襟止兼用の便あるを以て成るべく平素佩用して廣く本會の普及を圖るを要す

第三條　本會徽章は左の實價を以て會員に頒つ





●本會徽章料左の如し

●通常會員章
第三號
メッキ製拾二錢、送費六錢

●第二號
正銀製四拾錢、送費六錢

●終身及特別會員章
第一號
七十錢（黑塗箱入送費九錢）
六十錢（桐箱入送費六錢）

●入會注意

●御入會の際は三ヶ月以上の會費前納にて申込まるへし會員章は上段記載の實價にて御頒ち申候へども送費とも必らず御前納のこと●東京府下に限り毎月雜誌の配達を兼ね會費領收人を差出すべしと雖も郡部の方は地方會員の部として領收者差出不申候也但東京府下の會員にても會費前納せられ合せて郵送料なも御納付相成候へば雜誌發行次第直ちに郵送可致候●追て支會々員は支會へ會費御納付のことゝす●會費は郵便小爲替にて本會事務所々在の郵便局（東京牛込郵便局）宛振出あるべし又た價格表記通運便、何にても差支なし●會費受領證を要する節は送費として郵券一錢五厘封入せられたし●轉居せられたるときは其の旨必らず本會事務所宛通知せらるべし

●會員御紹介下され候御方には其人數に應じ本會雜誌進呈の事

廣告料　一頁五圓半頁其二分一以下同之●特別廣告一頁拾圓半頁其二分一以下同之

本誌一部定價貳拾錢

發行所　東京市牛込區矢來町三番地中丸、四　私立大日本婦人衞生會

編輯兼發行人　東京牛込區矢來町三番地　田中德三郎

印刷人　東京牛込區市ヶ谷加賀町一丁目十二番地　渡邊智

明治三十七年一月二十五日印刷及發行（毎月一回十五日發行）

東京市牛込區市ヶ谷加賀町一丁目十二番地　株式會社秀英舍第一工場印刷